

KURSPROGRAMM

Januar - April 2025

DIENSTAG

14.01., 21.01., 28.01.,
04.02., 11.02., 18.02.,
25.02., 11.03., 18.03.,
25.03., 01.04., 08.04.

Kursleiterin: Frau Alexandra Dech
(Personal Trainerin)



16:45 - 17:30 Uhr | Gelenk-
schonende Wassergymnastik

17:30 - 18:15 Uhr | Aqua-
Fatburning

18:15 - 19:00 Uhr | Aqua HiiT

19:00 - 19:45 Uhr | Aqua HiiT

MITTWOCH

15.01., 22.01., 29.01.,
05.02., 12.02., 19.02.,
26.02., 12.03., 19.03.,
26.03., 02.04., 09.04.

Kursleiterin: Frau Alexandra Dech
(Personal Trainerin)



17:00 - 17:45 Uhr | Aqua Zumba

17:45 - 18:30 Uhr | Aqua-
Fatburning

18:30 - 19:15 Uhr | Aqua-
Fatburning

19:15 - 20:00 Uhr | Aqua HiiT

20:00 - 20:45 Uhr | Aqua HiiT

DONNERSTAG

16.01., 23.01., 30.01.,
06.02., 13.02., 20.02.,
27.02., 13.03., 20.03.,
27.03., 03.04., 10.04.

Kursleiterin: Frau Marianne Pino
Martinez-Grosch (Fitness
Trainerin)



17:15 - 18:00 Uhr | Aqua-Cycling

18:00 - 18:45 Uhr | Aquafitness

18:45 - 19:30 Uhr | Aquafitness

19:30 - 20:15 Uhr | Aqua-Cycling

20:15 - 21:00 Uhr | Aqua-
Fatburning

JETZT BUCHEN