

KURSPROGRAMM

Sep. - Dez. 2025

DIENSTAG

16.09., 23.09., 30.09.,
07.10., 14.10., 21.10.,
28.10., 11.11., 18.11., 25.11.,
02.12., 09.12.

Kursleiterin: Frau Alexandra Dech
(Personal Trainerin)



16:00 - 16:45 Uhr | Gelenk-
schonende Wassergymnastik

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

17.09., 24.09., 01.10.,
08.10., 15.10., 22.10.,
29.10., 12.11., 19.11.,
26.11., 03.12., 10.12.

Kursleiterin: Frau Alexandra Dech
(Personal Trainerin)



16:15 - 17:00 Uhr | Aqua-Zumba/
Mo-Bing

17:00 - 17:45 Uhr | Aqua Zumba/
Mo-Bing

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

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

19:15 - 20:00 Uhr | Aqua Hiit

DONNERSTAG

18.09., 25.09., 02.10.,
09.10., 16.10., 23.10.,
30.10., 13.11., 20.11.,
27.11., 04.12., 11.12.

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



16:30 - 17:15 Uhr | Aqua-Boxing

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-
Fatburning

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

JETZT BUCHEN