

● Kräftigende Aqua-Gymnastik

27.05. – 15.07.2026

10:00 – 11:00 Uhr

*Freizeitbad Obercunnersdorf
(Kottmarsdorfer Str. 35,
02708 Kottmar)*

8 Veranstaltungen | 95,00 €*

Sanft und effektiv für Rücken und Gelenke

Das Training im Wasser schont die Gelenke, kräftigt die Muskulatur und verbessert Koordination und Gleichgewicht. Mit gezielten Übungen und Kleinstgeräten bringen wir Bewegung in den ganzen Körper.

*Eine Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist möglich.

Weitere Informationen zum Kurs:

Marina.Biller@vhs-dle.de | 03585 41 77 449

Anmeldung unter Tel. 03585 41 77 448

www.vhs-dle.de

