

Erwachsenen Kursplan

Bitte beachten Sie bei Änderungen die aktuellen Aushänge im Eingangsbereich des CamboMare.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9 Uhr	Frühspport 09.00 – 09.45	Frühspport 09.00 – 09.45			Frühspport 09.00 – 09.45
10 Uhr		Aquaspinning 10.15 – 11.00	Aquaspinning 10.30 – 11.15		
16 Uhr	Aquaspinning 16.45 – 17.30				
17 Uhr	Techniktraining „Anfänger“ 17.15 – 18.00			Schwangeren Aquafitness 17.15 – 18.30	
18 Uhr	Aqua-Powerfitness (offener Kurs) 18.00 – 18.45 Techniktraining „Fortgeschrittene“ 18.10 – 18.55	Aquaspinning 18.00 – 18.45		Erwachsenenschwimmkurs „Anfänger“ 17.15 – 18.30	
19 Uhr	Aqua-Jogging (offener Kurs) 19.00 – 19.45			Aqua-Powerfitness (offener Kurs) 19.00 – 19.45	

Kontakt und weitere Informationen unter:



Kurskoordinatorin:

Bärbel Sieber, Dipl. Sportlehrerin
Tel.: 08 31 / 5 81 21 - 48, baerbel.sieber@combomare.de



Stellv. Kurskoordinatorin:

Ingrid Hörmann, ingrid.hoermann@combomare.de

Achtung:

Kein Kursbetrieb während der Ferien und an Feiertagen!

Die Teilnahme an unserem Kursangebot setzt die Gesundheit der Teilnehmer voraus.
Wir empfehlen eine vorherige ärztliche Abklärung.