

ANMELDUNG AQUA JOGGING - KURS

Die jeweiligen Kurse werden von verschiedenen Trainern durchgeführt.

- HALLENBAD DUDWEILER
 KOMBIBAD FECHINGEN

- Donnerstag Freitag
 Kurs 1 Kurs 2 Kurs 3

PERSÖNLICHE ANGABEN

- Frau Herr
Name, Vorname

Straße Nr.

PLZ Ort

Geburtsdatum

E-Mail

Telefon

Ich habe die Datenschutzerklärung unter <http://www.saarbruecker-baeder.de/fussnavigation/datenschutz> zur Kenntnis genommen. Weitere Datenschutzhinweise finde ich in den AGB. Meine angegebenen Daten werden zum Zwecke der Vertragserfüllung gemäß Art. 6 Abs. 1 lit b DSGVO verarbeitet.

Ort, Datum Unterschrift

AQUA GYM BEWEGUNG MIT SPASSFAKTOR!

Aqua Gymnastik ist ein Wasserangebot für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden. Der natürliche Auftrieb und Widerstand des Wassers bewirkt ein ganzheitliches Training für Körper und Seele. Bei flotter Musik und professioneller Anleitung macht es einfach Spaß, sich aktiv zu bewegen.

KOMBIBAD FECHINGEN (jeweils Mittwoch)

Wintersaison: 10:30 – 11:15 Uhr
Sommersaison: 10:30 – 11:15 Uhr
11:30 – 12:15 Uhr

SCHWIMMBAD DUDWEILER (jeweils Mittwoch)

09:30 – 10:15 Uhr und 10:30 – 11:15 Uhr

KOMBIBAD ALTENKESSEL (jeweils Mittwoch)

09:00 – 09:45 Uhr und 10:15 – 11:00 Uhr

Anmeldung:

Eine Voranmeldung für dieses Angebot ist nicht erforderlich. Einfach kommen und mitmachen!

Teilnahmegebühr:

3 Euro zzgl. Eintritt pro Teilnahme.

Teilnahmebedingungen:

Für die Kursteilnehmer und Begleitpersonen gelten die Regeln der Haus- und Badeordnung. Die Schwimmfähigkeit ist Voraussetzung für die Teilnahme.



KONTAKT

Kombibad Altenkessel

Am Schwimmbad 2
66126 Saarbrücken
Tel. 06898 98 41 70

Schwimmbad Dudweiler:

St. Avolder Str. 1
66125 Saarbrücken
Tel. 06897 76 23 64

Kombibad Fechingen:

Provinzialstr. 186
66130 Saarbrücken
Tel. 06893 33 39

**Unsere Teams
beraten Sie gerne.**

**Alle Kurse sind auch als
Geschenkgutschein erhältlich!**



**AQUA JOGGING
AQUA GYM**



Stadtwerke
Saarbrücken

**SAAR
BRÜ
CKEN**

Ein Unternehmen
der Landeshauptstadt
SAARBRÜCKEN



© Georgiy Paschin - Fotolia.com

ANGEBOT OHNE KURSBINDUNG

KOMBIBAD ALTENKESSEL

JEDEN FREITAG IN DER WINTERSAISON:

Kurseinheiten: Teilnahme frei wählbar
Kursgebühr: 6,50 Euro zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:30 – 19:15 Uhr
 Keine Anmeldung erforderlich.
 Kommen und mitmachen!

HALLENBAD DUDWEILER

DONNERSTAG:

Kurs 1: 10.01. – 28.02.2019
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 36,- Euro zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr

Kurs 2: 07.03. – 25.04.2019
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 36,- Euro zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr

Kurs 3: 19.09. – 28.11.2019
Kurseinheiten: 10 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 45,- Euro zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr

KOMBIBAD FECHINGEN

DONNERSTAG:

Kurs 1: 10.01. – 28.02.2019
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 36,- Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr & 19:00 – 19:45 Uhr

Kurs 2: 14.03. – 25.04.2019
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 36,- Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr & 19:00 – 19:45 Uhr

Kurs 3: 26.09. – 05.12.2019
Kurseinheiten: 11 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 49,50 Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr & 19:00 – 19:45 Uhr

FREITAG:

Kurs 1: 11.01. – 29.02.2019
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 36,- Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 17:30 – 18:15 Uhr

Kurs 2: 15.03. – 26.04.2019
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 36,- Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 17:30 – 18:15 Uhr

Kurs 3: 27.09. – 06.12.2019
Kurseinheiten: 11 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 49,50 Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 17:30 – 18:15 Uhr

ANMELDUNG

Eine Teilnahme ist nur mit Voranmeldung möglich! Ein Anmeldeformular finden Sie auf der Internetseite oder im jeweiligen Schwimmbad.

WICHTIGE TEILNAHMEBEDINGUNGEN

- Für die Kursteilnehmer und Begleitpersonen gelten die Regeln der Haus- und Badeordnung.
- Die Teilnahme ist mit der Unterschrift auf dem Anmeldeformular verbindlich. (Die Platzreservierung erfolgt nach Zahlung der Kursgebühr). Die Teilnahmekarte ist nicht übertragbar.
- Bei Abbruch oder Versäumnis eines Kurses wird das Entgelt nicht zurückerstattet.
- Die Schwimmfähigkeit ist Voraussetzung für die Teilnahme.

SCHNUPPERANGEBOT:

In allen Kursen werden ca. 5 Plätze für Einzelbuchungen freigehalten. Eine Platzreservierung ist in diesem Fall nicht möglich.

Preis pro Einzelbuchung:
 6,50 Euro zzgl. Eintritt/Einheit.

AQUA JOGGING-KURSE EIN ECHTER FITMACHER!

Im Wasser joggen? Kein Problem! Ein spezieller Aqua-Gürtel lässt Sie im Wasser schweben und Sie können nahezu schwerelos joggen. Diese Art der Fortbewegung schont Bänder und Gelenke, entlastet die Wirbelsäule, stärkt das Herz-Kreislauf-System und trainiert die Rückenmuskulatur.

Aqua Jogging bringt Sie in kurzer Zeit auf Touren und ist ein echter Kalorienbrenner. Es wird sowohl den weiblichen als auch männlichen Problemzonen gezielt zu Leibe gerückt. Die Straffung der Bindegewebe ist ein angenehmer Nebeneffekt. Aqua Jogging ist für Personen jeden Alters und jedes Fitness Levels geeignet.