

ANMELDUNG

- AQUA JOGGING - KURS**
 AQUA POWER - KURS

- HALLENBAD DUDWEILER**
 KOMBIBAD FECHINGEN

- Donnerstag** **Freitag**
 Kurs 1 **Kurs 2** **Kurs 3**

Die jeweiligen Kurse werden von verschiedenen Trainern durchgeführt.

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

ANBEBOTE AQUA JOGGING OHNE KURSBINDUNG

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

Jeweils **Freitag**

18:30 – 19:15 Uhr

Anmeldung:

Eine Voranmeldung für diese Angebote 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!**



Saarbrücker
Bäder



**AQUA JOGGING
AQUA POWER**



Stadtwerke
Saarbrücken

**SAAR
BRÜ
CKEN**

Ein Unternehmen
der Landeshauptstadt
SAARBRÜCKEN



AQUA JOPONASTIK DAYS IM HALLENBAD DUDWEILER

Jeweils eine Kurseinheit AQUA JOGGING,
AQUA POWER und AQUA GYM

- 18.04.2020
- 26.09.2020

Samstag: Von 11:00 – 14:00 Uhr
Kursgebühr: 6,50 Euro zzgl. Eintritt

Anmeldung: 1 Woche vorher im
Schwimmbad notwendig.

In den Pausen wird frisches Obst gereicht.

HALLENBAD DUDWEILER

AQUA POWER:

Kurs 1: 17.01. – 06.03.2020
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 36,- Euro zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr

Kurs 2: 13.03. – 15.05.2020
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 36,- Euro zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr

AQUA JOGGING:

Kurs 1: 08.10. – 10.12.2020
Kurseinheiten: 10 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 45,- Euro zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr

KOMBIBAD FECHINGEN

AQUA JOGGING:

DONNERSTAG:

Kurs 1: 09.01. – 27.02.2020
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 36,- Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr & 19:00 – 19:45 Uhr

Kurs 2: 12.03. – 30.04.2020
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Donnerstag
Kursgebühr: 36,- Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 18:00 – 18:45 Uhr & 19:00 – 19:45 Uhr

Kurs 3: 24.09. – 03.12.2020
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: 10.01. – 28.02.2020
Kurseinheiten: 8 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 36,- Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 17:30 – 18:15 Uhr

Kurs 2: 13.03. – 08.05.2020
Kurseinheiten: 7 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 31,50 Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 17:30 – 18:15 Uhr

Kurs 3: 25.09. – 04.12.2020
Kurseinheiten: 11 x, jeweils Freitag
Kursgebühr: 49,50 Euro, zzgl. Eintritt/Einheit
Kurszeiten: 17:30 – 18:15 Uhr

WICHTIGE TEILNAHMEBEDINGUNGEN

- Für die Kursteilnehmer und Begleitpersonen gelten die Regeln der Haus- und Badeordnung.
- Eine Teilnahme ist nur mit Voranmeldung möglich! Ein Anmeldeformular finden Sie auf der Internetseite oder im jeweiligen Schwimmbad.
- Die Teilnahme ist mit der Unterschrift auf dem Anmeldeformular verbindlich. Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen pro Kurs begrenzt. Platzreservierung erfolgt nach Zahlung der Kursgebühr. Die Zahlung ist nur im jeweiligen Schwimmbad möglich. 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 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 ist für Personen jeden Alters und jedes Fitness Levels geeignet.

AQUA POWER EIN KRAFTVOLLER KÖRPERFORMER!

Aqua Power bringt Sie in kurzer Zeit auf Touren und ist ein echter Kalorienbrenner. Kraftvolle Übungen mit rhythmischer Musik und unter Einsatz von Geräten unterstützen den Muskelaufbau und helfen zur Körperformung. Aqua Power hat ein höheres Fitnesslevel und ist eher für Fortgeschrittene geeignet.