



gesunde
gemeinde 



Aquajogging-Kurs

KURSLEITUNG: Gabriele Kemmer, Physiotherapeutin



Ganzkörpertraining im Wasser mit speziellem Aquajogging-Gürtel:

- ☺ Erhöhung der Beweglichkeit
- ☺ Steigerung der Ausdauer
- ☺ Kräftigung der Muskulatur
- ☺ Entlastung der Gelenke

TERMIN:

Donnerstag, 12. Juni 2025
insgesamt 6 Termine

UHRZEIT:

9:00 Uhr

ORT:

Flattach, Freibad

Kosten:

€ 30,00/ Person zuzgl. Badeintritt

Anmeldung:

Gabriele Kemmer 0676 729 33 44