

Kurse im Fössebad

Programm bis Mai 2013

(Kurstunde= 45 Minuten)

Kinderschwimmen

1. Kurs / 2. Kurs

Osterferien Block

Kinder- Crash-Kurse

Kinder Crash Anfänger	10 Termine	65,-- €	18.03 - 28.03.	täglich Mo-Sa	10.00 - 10.45 / 10.50 - 11.35
Kinder Crash Aufbau	5 Termine	32,50€	18.03. - 22.03.	täglich Mo-Fr	11.40 - 12.35
Kinder Crash Fortgeschr.	5 Termine	32,50€	23.03. - 28.03.	täglich Sa-Do	11.40 - 12.35

Kinder Kurse ab April

Kinderschwimmen Anfänger	11 Termine	71,50€	8.04. - 15.05.	Mo + Mi	14.30 - 15.15 / 15.20-16.05
Kinderschwimmen Aufbau	6 Termine	39, -- €	8.04. - 13.05.	Mo	16.10 - 16.55
Kinderschwimmen Fortg.	5 Termine	32,50€	10.04. - 15.05.	Mi	16.10 - 16.55
Kinderschwimmen Anfänger	12 Termine	78,-- €	9.04. - 17.05.	Di + Fr	14.40 - 15.25
Kinderschwimmen Aufbau	12 Termine	78,-- €	9.04. - 17.05.	Di + Fr	15.30 - 16.15
Kinderschwimmen Fortg.	6 Termine	39,--€	12.04. - 17.05.	Fr	16.20 - 17.05

Erwachsenenschwimmen

Erwachsenen-Anfänger	10 Termine	90,--€	06.04.-08.06.	Sa	14.30 - 15.15
Anfänger	10 Termine	90,--€	06.04.-08.06.	Sa	15.20 - 16.05
Aufbau	10 Termine	90,--€	06.04.-08.06.	Sa	16.10 - 16.55

Fitnesskurs an Land im Gymnastikraum

Body Toning-Kurs Gymnastik

** 10 Termine 48,--€ 14.01. - 18.03. Mo 18.30 - 19.45

Rückenschule

** 10 Termine 60,--€ 02.04. - 4.06. Di 16.15 - 17.45

Zumba

10 Termine 50,--€ 27.03. - 08.06. Mi 17.00 - 17.50 / 18.00 - 18.50

Aqua Zumba

10 Termine 60,--€ 12.01. - 16.03. Sa 11.15 - 12.00

Fitnesskurse im Wasser

Aquagym - offener Kurs im Flachwasser 6,-- € inkl.Eintritt Do off Kurs 10.15 - 11.00 fortlfd.
Aquapower - offener Kurs 6,-- € inkl.Eintritt Do off Kurs 16.15 - 17.00 fortlfd.

Aquapower - Kurs 10 Termine 70,-- € 4.02.- 15.04. Mo 17.25 - 18.10 / 18.10 - 18.55

** 10 Termine 70,-- € 16.04.- 18.06. Di 18 -18.45/18.45-19.30/19.30-20.15

** dies ist ein Präventionskurs, d.h. die Kursgebühr kann teilweise oder vollständig von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet werden. Dies müssen die Teilnehmer bitte selbst mit ihrer KK regeln. Erforderlich zur Kostenerstattung ist auch die regelmäßige Teilnahme.

Eine Anmeldung zu den Kursen ist immer erforderlich (außer für die offenen Kurse) und kann zu den Öffnungszeiten des Fössebades vorgenommen werden.

Weitere Informationen unter Tel. 0511- 210 21 08 und unter www.foessebad.de