

Einladung zur Wasser-Gymnastik!

Das Angebot richtet sich an alle interessierten und bewegungsfreudigen Menschen, die Lust haben, sich weiterhin aktiv zu bewegen und dies besonders rücken- und gelenksschonend erleben möchten.

Durch den natürlichen Widerstand des Wassers, bieten die Kraft- und Konditionsübungen ein hervorragendes Training, welches das Herz-Kreislaufsystem, sowie die Muskulatur kräftigt und die Gelenke, Sehnen und den Rücken schont.

Wann: Beginn ab 12. Juni 2023 (5 Einheiten je 45 Minuten)

16. Juni, 23. Juni, 26. Juni, 30. Juni

Beginn: 9:30 Uhr

Wo: Freibad Bad Kreuzen

Kosten: kostenlos

Rückfragen: Herta Rumetshofer, Tel-Nr. 0664 73590792



Wir möchten darauf hinweisen, dass im Rahmen der Veranstaltung Fotos und/oder Filmaufnahmen zum Zwecke der Berichterstattung gemacht werden. Diese Aufnahmen können auf unserer Homepage, unseren Sozialen Medien bzw. in Presseberichten veröffentlicht werden.