



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:30 Uhr		Nur Rezepte Wassergymnastik		Nur Rezepte Wassergymnastik			
9:30 Uhr			Wassergymnastik		Wassergymnastik		
10:00 Uhr						Wassergymnastik	Wassergymnastik
10:30 Uhr						Faszienyoga & LatinLates	
11:00 Uhr	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik		
12:00 Uhr						Aqua ZUMBA®	
14:00 Uhr						Aqua YogiLates	
18:15 Uhr					Faszien-/ Bodyfunktionstraining		
18:30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik						
18:45 Uhr		Bauch Beine Po		Body Workout			
19:00 Uhr			Step Aerobic				
19:45 Uhr					Aqua ZUMBA®		
19:55 Uhr				Aqua Power			
20:00 Uhr			Bauch Beine Po				

Hotelgäste zahlen pro Kurs 5,00€ / Gäste aus unserem Ferienpark entnehmen die Preise aus der Liste am Dünenbad, bitte. - Bitte zu den Kursen ein Handtuch mitbringen! –

MAXIMALE Teilnehmerzahl 20 in einem Kurs

Die Kurse starten ab 5 Personen, die sich bis zu 1 Stunde vor Kursbeginn eingetragen haben. Bitte tragen Sie sich in die dafür vorgesehenen Listen an der Dünenbad-Rezeption ein.

Telefon: **04361 55 2775**

Kurse im Wasser – Kurse an Land- Treffpunkt Dünenbad Rezeption für Outdoor Training - * kostenlos für Hotelgäste

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten.