

Gültig ab 14.09.2026

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00 – 9:45 Uhr Beweglichkeit/Liebscher & Bracht Kursraum 1	10:45 – 11:30 Uhr Pilates Kursraum 1	10:15 – 11:00 Uhr Wassergymnastik Lehrschwimmbecken		10:00 – 10:45 Uhr Wassergymnastik Lehrschwimmbecken
10:00 – 10:45 Uhr Ganzkörpertraining Kursraum 1		11:15 – 12:00 Uhr Wassergymnastik Lehrschwimmbecken		11:15 – 12:00 Uhr Aqua-Fitness Sportbad
10:15 – 11:00 Uhr Wassergymnastik Lehrschwimmbecken		16:00 – 16:45 Uhr Aqua-Fitness Sportbad		
11:15 – 12:00 Uhr Wassergymnastik Lehrschwimmbecken		17:00 – 17:45 Uhr Beweglichkeit/Liebscher & Bracht Kursraum 1	14:30 – 16:30 Babyschwimmen* Spaßbad	
12:30 – 13:15 Uhr Aqua-Fitness Sportbad	18:15 – 19:00 Uhr Aqua-Step Lehrschwimmbecken	18:00 – 18:45 Uhr Beweglichkeit/Liebscher & Bracht Kursraum 1	18:00 – 18:45 Uhr Yoga Kursraum 1	
19:00 – 19:45 Uhr Aqua-Cycling Lehrschwimmbecken	19:00 – 19:45 Uhr Aqua-Fitness Sportbad	19:00 – 19:45 Uhr Functional Fitness Kursraum 1	19:00 – 19:45 Uhr Indoor-Cycling Kursraum 1	
	19:30 – 20:15 Uhr Aqua-Fitness Lehrschwimmbecken	19:30 – 20:15 Uhr Aqua-Fitness Lehrschwimmbecken	19:15 – 19:45 Uhr Aqua-Cycling Lehrschwimmbecken	