Gültig ab 14.09.2026

Kursplan

Fitness AquariUM
Das Erlebnisbad in Schwedt.

Montag

9:00 – 9:45 Uhr
Beweglichkeit/Liebscher & Bracht
Kursraum 1

10:00 – 10:45 Uhr
Ganzkörpertraining
Kursraum 1

10:15 – 11:00 Uhr
Wassergymnastik
Lehrschwimmbecken

11:15 – 12:00 Uhr
Wassergymnastik
Lehrschwimmbecken

12:30 – 13:15 Uhr
Aqua-Fitness
Sportbad

19:00 – 19:45 Uhr
Aqua-Cycling
Lehrschwimmbecken

Dienstag

10:45 – 11:30 Uhr
Pilates
Kursraum 1

18:15 – 19:00 Uhr
Aqua-Step
Lehrschwimmbecken

19:00 – 19:45 Uhr
Aqua-Fitness
Sportbad

19:30 – 20:15 Uhr
Aqua-Fitness
Lehrschwimmbecken

Mittwoch

10:15 – 11:00 Uhr
Wassergymnastik
Lehrschwimmbecken

11:15 – 12:00 Uhr
Wassergymnastik
Lehrschwimmbecken

16:00 – 16:45 Uhr
Aqua-Fitness
Sportbad

17:00 – 17:45 Uhr
Beweglichkeit/Liebscher & Bracht
Kursraum 1

18:00 – 18:45 Uhr
Beweglichkeit/Liebscher & Bracht
Kursraum 1

19:00 – 19:45 Uhr
Functional Fitness
Kursraum 1

19:30 – 20:15 Uhr
Aqua-Fitness
Lehrschwimmbecken

Donnerstag

14:30 – 16:30
Babyschwimmen*
Spaßbad

18:00 – 18:45 Uhr
Yoga
Kursraum 1

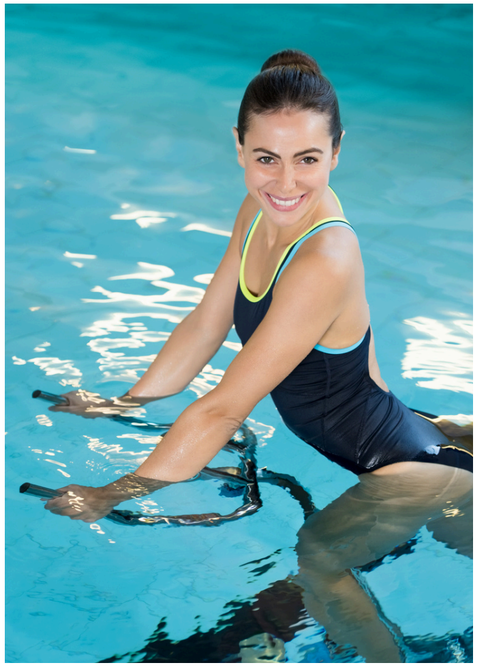
19:00 – 19:45 Uhr
Indoor-Cycling
Kursraum 1

19:15 – 20:00 Uhr
Aqua-Cycling
Lehrschwimmbecken

Freitag

10:00 – 10:45 Uhr
Wassergymnastik
Lehrschwimmbecken

11:15 – 12:00 Uhr
Aqua-Fitness
Sportbad



Fitnessbereich Frauen Tel: 03332 449-375 | Fitnessbereich Männer Tel: 03332 449-376 | fitness.aquarium@stadtwerke-schwedt.de

*Teilnahme ohne Anmeldung möglich