

Aqua-Kurse Erwachsene - 4. Quartal 2023 (Kursstart Oktober)

Bitte achten Sie auf den **Buchungs-Start-Termin!** Die Kurse werden an unterschiedlichen Tagen jeweils **ab ca. 11 Uhr** zur Buchung freigeschaltet ([siehe rechte Spalte](#))



Kurs-Nummer	Kurstitel	Tag	Uhrzeit	Dauer	Start	Ende	Wie oft?	Preis	Pausen während der Kurse	Kurs-Leitung (Kürzel)	Präventions-Kurs*	Buchbar ab ca. 11 Uhr am ...
14	Aqua Pilates*	Donnerstag	17:30 Uhr	45 Min.	12.10.2023	21.12.2023	10x	125,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 42	CS	x	30.08.2023
79	Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	09:45 Uhr	45 Min.	23.10.2023	18.12.2023	8x	106,00 €		AS	x	30.08.2023
85	Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	09:45 Uhr	45 Min.	17.10.2023	12.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 49	AS	x	30.08.2023
91	Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	18.15 Uhr	45 Min.	24.10.2023	12.12.2023	8x	106,00 €		CS	x	30.08.2023
11	NEU: Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Mittwoch	14:30 Uhr	45 Min.	04.10.2023	29.11.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 44 (Feiertag)	AK	x	30.08.2023
97	Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	09:45 Uhr	45 Min.	19.10.2023	14.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 49	AS	x	30.08.2023
103	Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Freitag	09:45 Uhr	45 Min.	20.10.2023	15.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 49	AS	x	30.08.2023
139	Aqua Aktiv Hüfte & Knie	Mittwoch	08:30 Uhr	30 Min.	25.10.2023	20.12.2023	8x	69,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 44 (Feiertag)	CS		30.08.2023
145	Aqua Aktiv	Montag	18:05 Uhr	45 Min.	16.10.2023	18.12.2023	8x	99,00 €	Der Kurs pausiert in den KW 47 + 48	HR		30.08.2023
151	Aqua Aktiv	Montag	19:00 Uhr	45 Min.	16.10.2023	18.12.2023	8x	99,00 €	Der Kurs pausiert in den KW 47 + 48	HR		30.08.2023
165	Aqua Aktiv Power	Montag	19:45 Uhr	45 Min.	16.10.2023	18.12.2023	8x	99,00 €	Der Kurs pausiert in den KW 47 + 48	HR		30.08.2023
177	Aqua Aktiv Power	Donnerstag	19:45 Uhr	45 Min.	12.10.2023	21.12.2023	8x	99,00 €	Der Kurs pausiert in den KW 46 + 47 + 48	HR		30.08.2023
183	Aqua Aktiv Power - BBP	Donnerstag	19:00 Uhr	45 Min.	12.10.2023	21.12.2023	8x	99,00 €	Der Kurs pausiert in den KW 46 + 47 + 48	HR		30.08.2023
20	Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	09:00 Uhr	45 Min.	23.10.2023	18.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 49	AS	x	31.08.2023
26	Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	15:30 Uhr	45 Min.	23.10.2023	11.12.2023	8x	106,00 €		AK	x	31.08.2023

Aqua-Kurse Erwachsene - 4. Quartal 2023 (Kursstart Oktober)

Bitte achten Sie auf den **Buchungs-Start-Termin!** Die Kurse werden an unterschiedlichen Tagen jeweils **ab ca. 11 Uhr** zur Buchung freigeschaltet (siehe rechte Spalte)



Kurs-Nummer	Kurstitel	Tag	Uhrzeit	Dauer	Start	Ende	Wie oft?	Preis	Pausen während der Kurse	Kurs-Leitung (Kürzel)	Präventions-Kurs*	Buchbar ab ca. 11 Uhr am ...
32	Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	09:00 Uhr	45 Min.	24.10.2023	19.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in KW 44	BB	x	31.08.2023
42	Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Mittwoch	19:00 Uhr	45 Min.	18.10.2023	13.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 44	BB	x	31.08.2023
48	Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	08:45 Uhr	45 Min.	26.10.2023	14.12.2023	8x	106,00 €		CS	x	31.08.2023
67	Aqua Vital*- Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	12:00 Uhr	45 Min.	26.10.2023	14.12.2023	8x	106,00 €		AK	x	31.08.2023
55	Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Freitag	12:30 Uhr	45 Min.	13.10.2023	01.12.2023	8x	106,00 €		AS	x	31.08.2023
61	Aqua Vital*- Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer - Frauen & Schwangere	Mittwoch	15:15 Uhr	45 Min.	11.10.2023	13.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 44 (Feiertag) + KW 49	AS	x	31.08.2023
73	NEU: Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Montag	16:15 Uhr	45 Min.	23.10.2023	11.12.2023	8x	106,00 €		AK	x	31.08.2023
109	Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Dienstag	11:45 Uhr	45 Min.	24.10.2023	19.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 49	AS	x	31.08.2023
115	Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Dienstag	20:30 Uhr	45 Min.	24.10.2023	12.12.2023	8x	106,00 €		CS	x	31.08.2023
121	Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Mittwoch	11:15 Uhr	45 Min.	25.10.2023	20.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 44 (Feiertag)	CS	x	31.08.2023
127	Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Mittwoch	19:45 Uhr	45 Min.	18.10.2023	13.12.2023	8x	106,00 €	Der Kurs pausiert in der KW 44	BB	x	31.08.2023

* Kostenübernahme durch die gesetzliche Krankenkasse möglich. Bitte kontaktieren Sie dazu Ihre Krankenkasse vor Kursbeginn.

Änderungen vorbehalten

Buchen Sie schnell und bequem online jeweils ab angegebenem Buchungsstart-Termin:

<https://www.staatsbad-salzuflen.de/staatsbad-vitalzentrum/kursprogramm>

Oder scannen Sie den QR-Code:

