

Staatsbad Vitalzentrum - Aqua-Kurse - 1.Quartal 2022

Bitte achten Sie auf den Start der Buchbarkeit der einzelnen Kurse in der ganz rechten Spalte

Kurstitel	Tag	Uhrzeit	Dauer	Kursstart	Letzte Einheit am	Einheiten gesamt	Preis 2022	Prävention*	Anmerkungen /Pausen während der Kurse	Buchbar ab ca. 9:00 Uhr am
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	09:45 Uhr	45 Min.	10.01.2022	28.02.2022	8	89,50 €	x		08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	09:45 Uhr	45 Min.	14.03.2022	09.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16	08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	09:45 Uhr	45 Min.	11.01.2022	01.03.2022	8	89,50 €	x		08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	09:45 Uhr	45 Min.	15.03.2022	10.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16	08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	18.15 Uhr	45 Min.	04.01.2022	22.02.2022	8	89,50 €	x		08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	18.15 Uhr	45 Min.	01.03.2022	26.04.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 15	08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	09:45 Uhr	45 Min.	06.01.2022	24.02.2022	8	89,50 €	x		08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	09:45 Uhr	45 Min.	10.03.2022	05.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16	08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Freitag	09:45 Uhr	45 Min.	07.01.2022	25.02.2022	8	89,50 €	x		08.11.2021
Aqua Vital 60+* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Freitag	09:45 Uhr	45 Min.	11.03.2022	13.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16	08.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	08:00 Uhr	45 Min.	10.01.2022	28.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	09:00 Uhr	45 Min.	10.01.2022	28.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	09:00 Uhr	45 Min.	14.03.2022	09.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16	09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	15:30 Uhr	45 Min.	03.01.2022	21.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Montag	15:30 Uhr	45 Min.	07.03.2022	09.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 11	09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	09:00 Uhr	45 Min.	04.01.2022	22.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Dienstag	09:00 Uhr	45 Min.	08.03.2022	03.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 11	09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Mittwoch	12:30 Uhr	45 Min.	12.01.2022	02.03.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	08:00 Uhr	45 Min.	06.01.2022	24.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	08:45 Uhr	45 Min.	06.01.2022	24.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	08:45 Uhr	45 Min.	03.03.2022	28.04.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 15	09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	19:45 Uhr	45 Min.	06.01.2022	24.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Donnerstag	19:45 Uhr	45 Min.	10.03.2022	05.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 11	09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Freitag	12:30 Uhr	45 Min.	07.01.2022	25.02.2022	8	89,50 €	x		09.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer	Freitag	12:30 Uhr	45 Min.	11.03.2022	13.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16	09.11.2021

Kurstitel	Tag	Uhrzeit	Dauer	Kursstart	Letzte Einheit am	Einheiten gesamt	Preis 2022	Prävention*	Anmerkungen /Pausen während der Kurse	Buchbar ab ca. 9:00 Uhr am
Aqua Aktiv Hüfte & Knie	Mittwoch	08:30 Uhr	30 Min.	12.01.2022	02.03.2022	8	58,00 €			10.11.2021
Aqua Aktiv Hüfte & Knie	Mittwoch	08:30 Uhr	30 Min.	16.03.2022	11.05.2022	8	58,00 €		Pause KW 15	10.11.2021
Aqua Aktiv	Montag	18:05 Uhr	45 Min.	10.01.2022	28.02.2022	8	89,50 €			10.11.2021
Aqua Aktiv	Montag	18:05 Uhr	45 Min.	07.03.2022	09.05.2022	8	89,50 €		Pause KW 15 + 16	10.11.2021
Aqua Aktiv	Montag	19:00 Uhr	45 Min.	10.01.2022	28.02.2022	8	89,50 €			10.11.2021
Aqua Aktiv	Montag	19:00 Uhr	45 Min.	07.03.2022	09.05.2022	8	89,50 €		Pause KW 15 + 16	10.11.2021
Aqua Aktiv	Dienstag	19:00 Uhr	45 Min.	11.01.2022	08.03.2022	8	89,50 €		Pause KW 5	10.11.2021
Aqua Aktiv	Dienstag	19:00 Uhr	45 Min.	15.03.2022	10.05.2022	8	89,50 €		Pause KW 16	10.11.2021
Aqua Aktiv Power	Montag	19:45 Uhr	45 Min.	10.01.2022	28.02.2022	8	89,50 €			10.11.2021
Aqua Aktiv Power	Montag	19:45 Uhr	45 Min.	07.03.2022	09.05.2022	8	89,50 €		Pause KW 15 + 16	10.11.2021
Aqua Aktiv Power	Dienstag	19:45 Uhr	45 Min.	11.01.2022	08.03.2022	8	89,50 €		Pause KW 5	10.11.2021
Aqua Aktiv Power	Dienstag	19:45 Uhr	45 Min.	15.03.2022	10.05.2022	8	89,50 €		Pause KW 16	10.11.2021
Aqua Aktiv Power - BBP	Donnerstag	19:00 Uhr	45 Min.	06.01.2022	24.02.2022	8	89,50 €			10.11.2021
Aqua Aktiv Power - BBP	Donnerstag	19:00 Uhr	45 Min.	03.03.2022	28.04.2022	8	89,50 €		Pause KW 15	10.11.2021
Aqua Faszien gym	Donnerstag	17:30 Uhr	45 Min.	17.03.2022	12.05.2022	8	89,50 €		Pause KW 15	11.11.2021
Aqua Pilates*	Donnerstag	17:30 Uhr	45 Min.	06.01.2022	10.03.2022	10	103,00 €	x		11.11.2021
Aqua Vital*- Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer Frauen	Mittwoch	15:15 Uhr	45 Min.	05.01.2022	23.02.2022	8	89,50 €	x	Kurs nur für Frauen!	11.11.2021
Aqua Vital*- Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer Frauen	Mittwoch	15:15 Uhr	45 Min.	09.03.2022	04.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16 Kurs nur für Frauen!	11.11.2021
Aqua Vital*- Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer Frauen	Donnerstag	12:00 Uhr	45 Min.	06.01.2022	24.02.2022	8	89,50 €	x	Kurs nur für Frauen!	11.11.2021
Aqua Vital*- Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer Frauen	Donnerstag	12:00 Uhr	45 Min.	10.03.2022	05.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16 Kurs nur für Frauen!	11.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer Schwangere	Montag	16:15 Uhr	45 Min.	03.01.2022	21.02.2022	8	89,50 €	x	Kurs nur für Schwangere!	11.11.2021
Aqua Vital* - Gesunde Fitness in Thermalsole - Ausdauer Schwangere	Montag	16:15 Uhr	45 Min.	07.03.2022	09.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 11 Kurs nur für Schwangere!	11.11.2021
Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Dienstag	11:45 Uhr	45 Min.	11.01.2022	01.03.2022	8	89,50 €	x		11.11.2021
Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Dienstag	11:45 Uhr	45 Min.	15.03.2022	10.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 16	11.11.2021
Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Dienstag	20:30 Uhr	45 Min.	04.01.2022	22.02.2022	8	89,50 €	x		11.11.2021
Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Dienstag	20:30 Uhr	45 Min.	01.03.2022	26.04.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 15	11.11.2021
Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Mittwoch	11:15 Uhr	45 Min.	12.01.2022	02.03.2022	8	89,50 €	x		11.11.2021
Aqua Vital Rücken* - Kräftigung	Mittwoch	11:15 Uhr	45 Min.	16.03.2022	11.05.2022	8	89,50 €	x	Pause KW 15	11.11.2021
Aktive Auszeit - Mein perfekter Tag mit viel Bewegung und Entspannung - Thema im Januar: Die Kraft aus der Körpermitte – mit Pilates, Aqua-Pilates in Thermalsole und Entspannung (PMR) zu innerer Balance	Samstag	14:30-18:30 Uhr	4 Std.	29.01.2022	29.01.2022	1	83,00 €			19.11.2021
Aktive Auszeit - Mein perfekter Tag mit viel Bewegung und Entspannung - Thema im Februar: Der Frauen- / Freundinnen-Tag - Mit Faszien- und Coretraining, Bauch-Beine-Po-Gym, Aquafitness & Entspannung im Wasser gemeinsam eine tolle Zeit verbringen	Samstag	14:30-18:30 Uhr	4 Std.	26.02.2022	26.02.2022	1	83,00 €			19.11.2021
Aktive Auszeit - Mein perfekter Tag mit viel Bewegung und Entspannung - Thema im März: Aktivangebot für den gestressten Rücken mit Rücken- und Aquafitness & Entspannung nach Jacobson (PMR)	Samstag	14:30 -18:30 Uhr	4 Std.	26.03.2022	26.03.2022	1	83,00 €			19.11.2021

* 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-salzfluen.de/staatsbad-vitalzentrum/kursprogramm>

Oder scannen Sie den QR-Code:

