

---

**TV Stetten**  
TV Stetten

**GESUNDHEITSSPORT**



# Aqua-Gymnastik für Jedermann

Bei der Wassergymnastik wird die Fitness durch gezielte Übungen gesteigert. Ausdauer, Kraft und Herz-Kreislaufsystem werden gestärkt und der Auftrieb des Wassers ist besonders schonend für die Gelenke und Sehnen.

Termine:               jeweils donnerstags  
                              27.06. / 04.07. / 11.07. / 18.07.2019  
                              11:00 – 11:45 Uhr  
Treffpunkt:           im „Bädle“  
Kursleiterin:         Mirjam Probst / Aqua-Fitness Trainerin

Eine Voranmeldung ist nicht notwendig – wer Lust hat macht einfach mit! Es wird lediglich der Freibad-Eintritt fällig und der Verein freut sich über eine kleine Spende.

Der Kurs findet statt, sofern s´Bädle geöffnet ist!