

Bade- & Saunawelt Ishara

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
17:15	45 MIN	10:30	45 MIN	17:30	45 MIN	10:30	45 MIN		
AquaFit Wassergymnastik¹		AquaFit Wassergymnastik¹		AquaFit Flex¹		AquaFit Wassergymnastik¹			
18:30	45 MIN	18:15	45 MIN	18:30	45 MIN	18:30	45 MIN	18:30	45 MIN
AquaFit Cycling¹		AquaFit Intervall¹		AquaFit Lady¹		AquaFit Jumping¹		AquaFit Jogging²	
19:45	45 MIN	19:15	45 MIN	19:45	45 MIN	19:45	45 MIN	19:30	45 MIN
AquaFit Lady¹		AquaFit Flex¹		AquaFit Cycling¹		AquaFit Intervall¹		AquaFit Tiefwasser²	

¹ Kurse finden in der AquaRena (Flachwasser) statt. ² Kurse finden im Sportbecken (Tiefwasser) statt.

Sportbad Sennestadt

Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
09:00	45 MIN	11:00	45 MIN	09:45	45 MIN	17:45	45 MIN
AquaFit Tiefwasser²		AquaFit Jogging²		AquaFit Wassergymnastik¹		AquaFit Tiefwasser²	
						19:00	45 MIN
						AquaFit Intervall¹	

¹ Kurse finden im Lehrschwimmbcken (Flachwasser) statt. ² Kurse finden im Sportbecken (Tiefwasser) statt.

Sportbad & Sauna AquaWede

Montag		Mittwoch	
		18:00	30 MIN
		AquaFit Beboard²	
		19:00	45 MIN
		AquaFit Jogging²	
20:00	45 MIN	20:00	45 MIN
AquaFit Flex¹		AquaFit Tiefwasser²	

¹ Kurse finden im Sportbecken (Flachwasser) statt.

² Kurse finden im Sprungbecken (Tiefwasser) statt.

