

# Fitnesskurse im Wasser

4 | 2020

Parkbad Lindlar

Brionner Straße 1 • 51789 Lindlar

Nachholtermine ab August 2021

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	13:00 – 13:40 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser Kurs-Nr.: 2476-20 Beginn: 25.08.2021 Gebühr: 56,- € / 8 UE á 40 min	13:15 – 14:00 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser Kurs-Nr.: 2478-20 Beginn: 26.08.2021 Gebühr: 56,- € / 8 UE á 45 min
17:00 – 17:30 Uhr / 17:40 Uhr Aqua-Fitness für Schwangere Kurs-Nr.: 2228-20 Beginn: 24.08.2021 Gebühr: 42,- € / 6 UE á 30/40 min	13:55 – 14:35 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser Kurs-Nr.: 2477-20 Beginn: 25.08.2021 Gebühr: 56,- € / 8 UE á 40 min	17:45 – 18:25 Uhr Aqua-Fitness Kurs-Nr.: 1363-20 Beginn: 26.08.2021 Gebühr: 56,- € / 8 UE á 40 min
17:45 – 18:25 Uhr Aqua-Power Kurs-Nr.: 1741-20 Beginn: 24.08.2021 Gebühr: 63,- € / 9 UE á 40 min		18:40 – 19:20 Uhr Aqua-Fitness Kurs-Nr.: 1364-20 Beginn: 26.08.2021 Gebühr: 56,- € / 8 UE á 40 min
18:40 – 19:20 Uhr Aqua-Power Kurs-Nr.: 1742-20 Beginn: 24.08.2021 Gebühr: 63,- € / 9 UE á 40 min		19:35 – 20:15 Uhr Aqua-Fitness Kurs-Nr.: 1365-20 Beginn: 26.08.2021 Gebühr: 56,- € / 8 UE á 40 min
19:35 – 20:15 Uhr Aqua-Hydro-Power Kurs-Nr.: 1463-20 Beginn: 24.08.2021 Gebühr: 63,- € / 9 UE á 40 min		

**Bitte beachten Sie unsere Verhaltens- und Hygieneregeln!**

Mit der Anmeldung wird das Einverständnis zur Erfassung und Weitergabe der Kontaktdaten erteilt und die Kenntnisnahme der Datenschutzhinweise (siehe Formular auf der Homepage) bestätigt.

Mit der Anmeldung erklärt sich der/die Anmeldende, unter Beachtung des Datenschutzgesetzes von 05/2018, damit einverstanden, dass seine Daten mittels EDV verarbeitet und innerhalb des WSC Lindlar 1997 e.V. und des Badbetreibers Sport- und Freizeitbad Lindlar GmbH (SFL) verwendet werden.



Wasser- und Schwimmsportclub

Lindlar 1997 e.V.



# Kursprogramm Fitnesskurse im Wasser

4 | 2020

Nachholtermine ab August 2021

Wasser- und Schwimmsportclub Lindlar 1997 e.V.

Bahnhofstraße 9 • 51789 Lindlar

Tel: 0 22 66 – 47 80 891

Email: [kurse@wsc-lindlar.de](mailto:kurse@wsc-lindlar.de)

[www.wsc-lindlar.de](http://www.wsc-lindlar.de)

## Aqua-Fitness für Schwangere

**Neuer Kurs!**  
**Kurs - Nr.: 2228-20**  
Kursgebühr: **42,- EUR** **6 UE** (40 min / 30 min)  
dienstags: 17:00 – 17:30 Uhr / 17:40 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: bis 17:40 Uhr: 24.08., 31.08., 14.09., 21.09., 05.10.  
bis 17:30 Uhr: 28.09.

## Aqua-Power

**Kurs - Nr.: 1741-20**  
Kursgebühr: **63,- EUR** **9 UE** (40 min)  
dienstags: 17:45 – 18:25 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~27.10.~~, 24.08., 31.08., 07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10., 26.10.

**Kurs - Nr.: 1742-20**  
Kursgebühr: **63,- EUR** **9 UE** (40 min)  
dienstags: 18:40 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~27.10.~~, 24.08., 31.08., 07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10., 26.10.

## Aqua-Hydro-Power

**Kurs - Nr.: 1463-20**  
Kursgebühr: **63,- EUR** **9 UE** (40 min)  
dienstags: 19:35 – 20:15 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~27.10.~~, 24.08., 31.08., 07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10., 26.10.

## Aqua-Fitness

**Kurs - Nr.: 1363-20**  
Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)  
donnerstags: 17:45 – 18:25 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~29.10.~~, 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 28.10.

**Kurs - Nr.: 1364-20**  
Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)  
donnerstags: 18:40 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~29.10.~~, 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 28.10.

**Kurs - Nr.: 1365-20**  
Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)  
donnerstags: 19:35 – 20:15 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~29.10.~~, 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 28.10.

## Wassergymnastik im Flachwasser / Tiefwasser

**Kurs - Nr.: 2476-20**  
Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)  
mittwochs: 13:00 – 13:40 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~28.10.~~, 25.08., 01.09., 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10.

**Kurs - Nr.: 2477-20**  
Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)  
mittwochs: 13:55 – 14:35 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~28.10.~~, 25.08., 01.09., 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10.

**Kurs - Nr.: 2478-20**  
Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (45 min)  
donnerstags: 13:15 – 14:00 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: ~~29.10.~~, 26.08., 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10.



## Verhaltensregeln Fitnesskurse an Land

- Voraussetzungen zur Teilnahme am Kurs (keine gesundheitlichen Einschränkungen oder Krankheitssymptome, kein Kontakt zu einer infizierten Person für mindestens zwei Wochen, Einhaltung der Hygienemaßnahmen und des Mindestabstands)
- Zugang bis zu den Umkleiden und Ausgang von den Umkleiden mit Mund-Nasen-Schutz (Kinder bis zum Schuleintritt sind davon befreit)
- die Auflagen des Badbetreibers sind zu beachten (Abstandsregelung, etc.)