

Fitnesskurse im Wasser

Parkbad Lindlar

Brionner Straße 1 • 51789 Lindlar

1 | 2021
Oktober – Dezember

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
	13:00 – 13:40 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser * Kurs-Nr.: 2479-21 Beginn: 27.10.2021 Gebühr: 63,- €/9 UE á 40 min	13:15 – 14:00 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser * Kurs-Nr.: 2481-21 Beginn: 28.10.2021 Gebühr: 63,- €/9 UE á 45 min
17:00 – 17:40 Uhr Aqua-Fitness für Schwangere Neuer Kurs! Kurs-Nr.: 2229-21 Beginn: 26.10.2021 Gebühr: 63,- €/9 UE á 40 min	13:55 – 14:35 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser * Kurs-Nr.: 2480-21 Beginn: 27.10.2021 Gebühr: 63,- €/9 UE á 40 min	17:45 – 18:25 Uhr Aqua-Fitness * Kurs-Nr.: 1366-21 Beginn: 04.11.2021 Gebühr: 56,- €/8 UE á 40 min
17:45 – 18:25 Uhr Aqua-Power * Kurs-Nr.: 1743-21 Beginn: 02.11.2021 Gebühr: 56,- €/8 UE á 40 min		18:40 – 19:20 Uhr Aqua-Fitness * Kurs-Nr.: 1367-21 Beginn: 04.11.2021 Gebühr: 56,- €/8 UE á 40 min
18:40 – 19:20 Uhr Aqua-Power * Kurs-Nr.: 1744-21 Beginn: 02.11.2021 Gebühr: 56,- €/8 UE á 40 min		19:35 – 20:15 Uhr Aqua-Fitness * Kurs-Nr.: 1368-21 Beginn: 04.11.2021 Gebühr: 56,- €/8 UE á 40 min
19:35 – 20:15 Uhr Aqua-Hydro-Power * Kurs-Nr.: 1464-21 Beginn: 02.11.2021 Gebühr: 56,- €/8 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

ACHTUNG!
Die mit * markierten Kurse
sind bereits ausgebucht.

1 | 2021
Oktober – Dezember

Wasser- und Schwimmsportclub Lindlar 1997 e.V.

Bahnhofstraße 9 • 51789 Lindlar

Tel: 0 22 66 – 47 80 891

Email: kurse@wsc-lindlar.de

www.wsc-lindlar.de

Aqua-Fitness für Schwangere

Kurs - Nr.: 2229-21

Kursgebühr: **63,- EUR** **9 UE** (40 min)
dienstags: 17:00 – 17:40 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 26.10., 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12., 21.12.

Neuer Kurs!

Aqua-Power

*** Kurs - Nr.: 1743-21**

Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)
dienstags: 17:45 – 18:25 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12., 21.12.

*** Kurs - Nr.: 1744-21**

Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)
dienstags: 18:40 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12., 21.12.

Aqua-Hydro-Power

*** Kurs - Nr.: 1464-21**

Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)
dienstags: 19:35 – 20:15 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12., 21.12.

Aqua-Fitness

*** Kurs - Nr.: 1366-21**

Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)
donnerstags: 17:45 – 18:25 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 23.12.

*** Kurs - Nr.: 1367-20**

Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)
donnerstags: 18:40 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 23.12.

*** Kurs - Nr.: 1368-20**

Kursgebühr: **56,- EUR** **8 UE** (40 min)
donnerstags: 19:35 – 20:15 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 23.12.

Wassergymnastik im Flachwasser / Tiefwasser

*** Kurs - Nr.: 2479-21**

Kursgebühr: **63,- EUR** **9 UE** (40 min)
mittwochs: 13:00 – 13:40 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 27.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11., 01.12., 08.12., 15.12., 22.12.

*** Kurs - Nr.: 2480-21**

Kursgebühr: **63,- EUR** **9 UE** (40 min)
mittwochs: 13:55 – 14:35 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 27.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11., 01.12., 08.12., 15.12., 22.12.

*** Kurs - Nr.: 2481-21**

Kursgebühr: **63,- EUR** **9 UE** (45 min)
donnerstags: 13:15 – 14:00 Uhr Parkbad Lindlar
Termine: 28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12., 23.12.

ACHTUNG!
Die mit * markierten Kurse
sind bereits ausgebucht.



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.)