

# Fitnesskurse im Wasser

Parkbad Lindlar

Brionner Straße 1 • 51789 Lindlar

3 | 2024  
August – Dezember

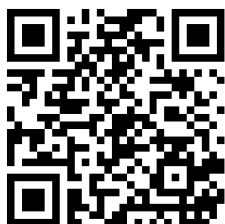


Wasser- und Schwimmsportclub

Lindlar 1997 e.V.

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
16:10 – 16:55 Uhr <b>Aqua-Fitness für Schwangere</b> Max. 10 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2239-24 Beginn: 27.08.2024 Gebühr: 131,- €/ 14 UE á 45 min	13:00 – 13:45 Uhr <b>Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2406-24 Beginn: 21.08.2024 Gebühr: 149,- €/ 16 UE á 45 min	13:15 – 14:00 Uhr <b>Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser</b> Max. 10 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2408-24 Beginn: 22.08.2024 Gebühr: 140,- €/ 15 UE á 45 min
17:00 – 17:45 Uhr <b>Aqua-Fitness für Schwangere</b> Max. 10 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2240-24 Beginn: 27.08.2024 Gebühr: 131,- €/ 14 UE á 45 min	13:50 – 14:35 Uhr <b>Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2407-24 Beginn: 21.08.2024 Gebühr: 149,- €/ 16 UE á 45 min	17:45 – 18:30 Uhr <b>Aqua-Fitness</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1393-24 Beginn: 22.08.2024 Gebühr: 140,- €/ 15 UE á 45 min
17:45 – 18:30 Uhr <b>Aqua-Power</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1761-24 Beginn: 27.08.2024 Gebühr: 140,- €/ 15 UE á 45 min		18:35 – 19:20 Uhr <b>Aqua-Fitness</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1394-24 Beginn: 22.08.2024 Gebühr: 140,- €/ 15 UE á 45 min
18:35 – 19:20 Uhr <b>Aqua-Power</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1762-24 Beginn: 27.08.2024 Gebühr: 140,- €/ 15 UE á 45 min		19:25 – 20:10 Uhr <b>Aqua-Fitness</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1395-24 Beginn: 22.08.2024 Gebühr: 140,- €/ 15 UE á 45 min
19:25 – 20:10 Uhr <b>Aqua-Hydro-Power</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1473-24 Beginn: 27.08.2024 Gebühr: 140,- €/ 15 UE á 45 min		

Hier geht's zum Anmeldeformular



# Kursprogramm Fitnesskurse im Wasser

3 | 2024  
August – Dezember

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

**Kurs - Nr.: 2239-24** **Max. 10 Teilnehmerinnen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE** (45 min)  
dienstags: 16:10 – 16:55 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12.

**Kurs - Nr.: 2240-24** **Max. 10 Teilnehmerinnen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE** (45 min)  
dienstags: 17:00 – 17:45 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12.

## Aqua-Power

**Kurs - Nr.: 1761-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **140,- EUR** **15 UE** (45 min)  
dienstags: 17:45 – 18:30 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12., 17.12.

**Kurs - Nr.: 1762-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **140,- EUR** **15 UE** (45 min)  
dienstags: 18:35 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12., 17.12.

## Aqua-Hydro-Power

**Kurs - Nr.: 1473-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **140,- EUR** **15 UE** (45 min)  
dienstags: 19:25 – 20:10 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12., 17.12.

Hier geht's zum Anmeldeformular



## Aqua-Fitness

**Kurs - Nr.: 1393-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **140,- EUR** **15 UE** (45 min)  
donnerstags: 17:45 – 18:30 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 10.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12., 19.12.

**Kurs - Nr.: 1394-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **140,- EUR** **15 UE** (45 min)  
donnerstags: 18:35 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 10.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12., 19.12.

**Kurs - Nr.: 1395-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **140,- EUR** **15 UE** (45 min)  
donnerstags: 19:25 – 20:10 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 10.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12., 19.12.

## Wassergymnastik im Flachwasser / Tiefwasser

**Kurs - Nr.: 2406-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **149,- EUR** **16 UE** (45 min)  
mittwochs: 13:00 – 13:45 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 21.08., 28.08., 04.09., 11.09., 18.09., 25.09., 02.10., 09.10., 30.10., 06.11., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12., 11.12., 18.12.

**Kurs - Nr.: 2407-24** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **149,- EUR** **16 UE** (45 min)  
mittwochs: 13:50 – 14:35 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 21.08., 28.08., 04.09., 11.09., 18.09., 25.09., 02.10., 09.10., 30.10., 06.11., 13.11., 20.11., 27.11., 04.12., 11.12., 18.12.

**Kurs - Nr.: 2408-24** **Max. 10 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **140,- EUR** **15 UE** (45 min)  
donnerstags: 13:15 – 14:00 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 22.08., 29.08., 05.09., 12.09., 19.09., 26.09., 10.10., 31.10., 07.11., 14.11., 21.11., 28.11., 05.12., 12.12., 19.12.

---

## Verhaltensregeln Fitnesskurse im Wasser

- Die Auflagen des Badbetreibers sind zu beachten (Abstandsregelung, etc.)