

Fitnesskurse im Wasser

Parkbad Lindlar

Brionner Straße 1 • 51789 Lindlar

1 | 2026
Januar – März

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
16:05 – 16:50 Uhr Aqua-Fitness für Schwangere Max. 10 Teilnehmerinnen Kurs-Nr.: 2247-26 Beginn: 13.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min	13:00 – 13:45 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2421-26 Beginn: 07.01.2026 Gebühr: 113,- € / 12 UE á 45 min	13:15 – 14:00 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser Max. 10 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2424-26 Beginn: 08.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min
16:55 – 17:40 Uhr Aqua-Fitness für Schwangere Max. 10 Teilnehmerinnen Kurs-Nr.: 2248-26 Beginn: 13.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min	13:50 – 14:35 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2422-26 Beginn: 07.01.2026 Gebühr: 113,- € / 12 UE á 45 min	17:45 – 18:30 Uhr Aqua-Fitness Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1305-26 Beginn: 08.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min
17:45 – 18:30 Uhr Aqua-Power Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1769-26 Beginn: 13.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min	14:40 – 15:25 Uhr Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2423-26 Beginn: 07.01.2026 Gebühr: 113,- € / 12 UE á 45 min	18:35 – 19:20 Uhr Aqua-Fitness Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1306-26 Beginn: 08.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min
18:35 – 19:20 Uhr Aqua-Power Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1770-26 Beginn: 13.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min		19:25 – 20:10 Uhr Aqua-Fitness Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1307-26 Beginn: 08.01.2026 Gebühr: 104,- € / 11 UE á 45 min
19:45 – 20:15 Uhr Aqua-Hydro-Power Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1477-26 Beginn: 13.01.2026 Gebühr: 71,- € / 11 UE á 30 min		

Hier geht's zum Anmeldeformular



Kursprogramm

Fitnesskurse im Wasser

1 | 2026
Januar – März

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.: 2247-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

dienstags: 16:05 – 16:50 Uhr

Termine: 13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03., 17.03., 24.03.

Max. 10 Teilnehmerinnen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Kurs - Nr.: 2248-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

dienstags: 16:55 – 17:40 Uhr

Termine: 13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03., 17.03., 24.03.

Max. 10 Teilnehmerinnen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Aqua-Power

Kurs - Nr.: 1769-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

dienstags: 17:45 – 18:30 Uhr

Termine: 13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03., 17.03., 24.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Kurs - Nr.: 1770-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

dienstags: 18:35 – 19:20 Uhr

Termine: 13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03., 17.03., 24.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Aqua-Hydro-Power

Kurs - Nr.: 1477-26

Kursgebühr: **71,- EUR**

dienstags: 19:45 – 20:15 Uhr

Termine: 13.01., 20.01., 27.01., 03.02., 10.02., 17.02., 24.02., 03.03., 10.03., 17.03., 24.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

11 UE (30 min)

Parkbad Lindlar

Aqua-Fitness

Kurs - Nr.: 1305-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

dienstags: 17:45 – 18:30 Uhr

Termine: 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 26.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Kurs - Nr.: 1306-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

dienstags: 18:35 – 19:20 Uhr

Termine: 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 26.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Kurs - Nr.: 1307-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

donnerstags: 19:25 – 20:10 Uhr

Termine: 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 26.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Wassergymnastik

im Flachwasser / Tiefwasser

Kurs - Nr.: 2421-26

Kursgebühr: **113,- EUR**

mittwochs: 13:00 – 13:45 Uhr

Termine: 07.01., 14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

12 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Kurs - Nr.: 2422-26

Kursgebühr: **113,- EUR**

mittwochs: 13:50 – 14:35 Uhr

Termine: 07.01., 14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

12 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Kurs - Nr.: 2423-26

Kursgebühr: **113,- EUR**

mittwochs: 14:40 – 15:25 Uhr

Termine: 07.01., 14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03., 25.03.

Max. 15 Teilnehmer:innen

12 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Kurs - Nr.: 2424-26

Kursgebühr: **104,- EUR**

donnerstags: 13:15 – 14:00 Uhr

Termine: 08.01., 15.01., 22.01., 29.01., 05.02., 19.02., 26.02., 05.03., 12.03., 19.03., 26.03.

Max. 10 Teilnehmer:innen

11 UE (45 min)

Parkbad Lindlar

Verhaltensregeln

Fitnesskurse im Wasser

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

Hier geht 's zum Anmeldeformular

