

# Fitnesskurse im Wasser

Parkbad Lindlar

Brionner Straße 1 • 51789 Lindlar

## 3 | 2026

September – Dezember

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
16:55 – 17:40 Uhr <b>Aqua-Fitness für Schwangere</b> Max. 10 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2250-26 Beginn: 08.09.2026 Gebühr: 122,- € / 13 UE á 45 min	13:00 – 13:45 Uhr <b>Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2429-26 Beginn: 02.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min	13:15 – 14:00 Uhr <b>Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser</b> Max. 10 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2432-26 Beginn: 03.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min
17:45 – 18:30 Uhr <b>Aqua-Power</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1773-26 Beginn: 08.09.2026 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.: 2430-26 Beginn: 02.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min	17:45 – 18:30 Uhr <b>Aqua-Fitness</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1311-26 Beginn: 03.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min
18:35 – 19:20 Uhr <b>Aqua-Power</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr. 1774-26 Beginn: 08.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min	14:40 – 15:25 Uhr <b>Wassergymnastik im Flach- und Tiefwasser</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 2431-26 Beginn: 02.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min	18:35 – 19:20 Uhr <b>Aqua-Fitness</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1312-26 Beginn: 03.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min
19:45 – 20:15 Uhr <b>Aqua-Hydro-Power</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1479-26 Beginn: 08.09.2026 Gebühr: 89,- € / 14 UE á 30 min		19:25 – 20:10 Uhr <b>Aqua-Fitness</b> Max. 15 Teilnehmer:innen Kurs-Nr.: 1313-26 Beginn: 03.09.2026 Gebühr: 131,- € / 14 UE á 45 min

Hier geht´s zum Anmeldeformular



Wasser- und Schwimmsportclub

Lindlar 1997 e.V.

# Kursprogramm Fitnesskurse im Wasser

## 3 | 2026

September – 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.: 2250-26** **Max. 10 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **122,- EUR** **13 UE (45 min)**  
dienstags: 16:55 – 17:40 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10., 13.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11.,  
01.12., 08.12., 15.12.

## Aqua-Power

**Kurs - Nr.: 1773-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
dienstags: 17:45 – 18:30 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10., 13.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11.,  
01.12., 08.12., 15.12., 22.12.

**Kurs - Nr.: 1774-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
dienstags: 18:35 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10., 13.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11.,  
01.12., 08.12., 15.12., 22.12.

## Aqua-Hydro-Power

**Kurs - Nr.: 1479-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **89,- EUR** **14 UE (30 min)**  
dienstags: 19:45 – 20:15 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10., 13.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11.,  
01.12., 08.12., 15.12., 22.12.

## Aqua-Fitness

**Kurs - Nr.: 1311-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
donnerstags: 17:45 – 18:30 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 05.11., 12.11., 19.11.,  
26.11., 03.12., 10.12., 17.12.

**Kurs - Nr.: 1312-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
donnerstags: 18:35 – 19:20 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 05.11., 12.11., 19.11.,  
26.11., 03.12., 10.12., 17.12.

**Kurs - Nr.: 1313-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
donnerstags: 19:25 – 20:10 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 05.11., 12.11., 19.11.,  
26.11., 03.12., 10.12., 17.12.

## Wassergymnastik im Flachwasser / Tiefwasser

**Kurs - Nr.: 2429-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
mittwochs: 13:00 – 13:45 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 04.11., 11.11., 18.11.,  
25.11., 02.12., 09.12., 16.12.

**Kurs - Nr.: 2430-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
mittwochs: 13:50 – 14:35 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 04.11., 11.11., 18.11.,  
25.11., 02.12., 09.12., 16.12.

**Kurs - Nr.: 2431-26** **Max. 15 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
mittwochs: 14:40 – 15:25 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10., 14.10., 04.11., 11.11., 18.11.,  
25.11., 02.12., 09.12., 16.12.

**Kurs - Nr.: 2432-26** **Max. 10 Teilnehmer:innen**  
Kursgebühr: **131,- EUR** **14 UE (45 min)**  
donnerstags: 13:15 – 14:00 Uhr Parkbad Lindlar  
Termine: 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 05.11., 12.11., 19.11.,  
26.11., 03.12., 10.12., 17.12.

## Verhaltensregeln Fitnesskurse im Wasser

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

Hier geht´s zum Anmeldeformular

