



Weitere Infos und Anmeldung

Aquafit Tiefwasser im Freibad

Ein effizientes und doch schonendes Bewegungsangebot für Ihre Gesundheit, Ihre Fitness und Ihr Wohlbefinden. Es beinhaltet ein sportliches Wassergymnastiktraining, welches teilweise mit Musik und Handgeräten im tiefen Wasser ausgeführt wird. Dabei trainieren Sie Ihren Kreislauf, kräftigen Ihre Muskulatur und halten Ihre Gelenke beweglich. Nur für Schwimmerinnen und Schwimmer geeignet!

Angebot:	26-3Q-WF-BRU-05
Termine:	14.07.2026 - 08.09.2026 9 x Di 09:15 - 10:00
Leitung:	Monika Schwamberger, +41 79 391 73 77, Sandra Wyder, +41 78 711 21 41
Ort:	Badi Rapperswil-Auenstein, Werkstrasse 1, 5105 Auenstein
Kosten:	CHF 81.00 exkl. Eintritt Freibad



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.