



Weitere Infos und Anmeldung

Aquafit Flachwasser

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 brusttiefen Wasser ausgeführt wird. Dabei trainieren Sie Ihren Kreislauf, kräftigen Ihre Muskulatur und halten Ihre Gelenke beweglich. Auch für Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmern geeignet.

Angebot: 26-3Q-WF-ZUR-05

Termine: 07.08.2026 - 16.10.2026
10 x Fr 09:30 - 10:15

Ausfalltage: 25.09.2026

Leitung: Susanna Binder-Lehmann

Ort: Thermalbad Zurzach, Dr. Martin Erb Strasse 11, 5330 Bad Zurzach, Becken 1

Treffpunkt: Becken 1

Kosten: CHF 90.00

Hinweise: Eintritt Fr. 20.80 statt Fr. 28.00 für 2 Stunden Aufenthalt.
Preisänderung vorbehalten.



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.