



# Aktuelles Kursangebot

## Aquafitness

Der ultimative Kick für Freunde fortgeschrittenen Badevergnügens: Der weiche und doch effektive Widerstand, den Wasser unserem Körper entgegensetzt, macht das Training wirksam und dabei besonders gelenkschonend. Sehr gut ist der Effekt auch für das Herz-Kreislauf-System. So werden Sie gemeinsam mit anderen auf feuchtfröhliche Art fit.

**Kurs-Nr.:** 01/18  
**Beginn:** 10.01.2018  
**Tag, Uhrzeit:** mittwochs, 19:00 Uhr  
**Dauer:** 10-mal 45 Minuten  
**Kursleitung:** Alexandra Paus

**Kosten:** 70,00 €

**Veranstaltungsort:**  
SV BLAU-WEISS Recklinghausen  
Hallenbad Herner Straße 160  
45659 Recklinghausen

Anmeldungen finden Sie auf unserer Homepage  
[www.sv-blau-weiss-recklinghausen.de](http://www.sv-blau-weiss-recklinghausen.de)  
E-Mail: [info@sv-blau-weiss-recklinghausen.de](mailto:info@sv-blau-weiss-recklinghausen.de)