

Aquafitness Übersicht

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	8.00 Uhr Aquafitness flach I-II* BaV	8.00 Uhr Aquafitness flach II BaV		8.00 Uhr Aquafitness flach III BaV	
8.55 Uhr Aquafitness tief I-II BaV	8.50 Uhr Aquafitness flach III BaV	8.50 Uhr Aquafitness flach I* BaV		8.50 Uhr Aquafitness flach III BaV	
9.45 Uhr AquaOversized Aquafitness für Füllige BaV*	9.40 Uhr AquaRücken BaV*	9.40 Uhr Aquafitness flach für Schwangere BaV*			9.30 Uhr Aquafitness tief I* HB
Aquafitness flach für Schwangere BaV*	10.15 Uhr Aquafitness tief I-II HB				10.30 Uhr Aquafitness tief II HB
			15.00 Uhr AquaDamenfitness tief I* HB		
	18.00 Uhr Aquafitness tief I-II* BaV	18.00 Uhr Aquafitness tief III BaV	18.00 Uhr Aquafitness tief BaV I-II*		
	19.00 Uhr Aquafitness tief für Schwangere BaV*	19.00 Uhr Aquafitness tief II BaV	19.00 Uhr Aquafitness tief III BaV		
			19.00 Uhr Aquafitness tief II Sachs		
			20.00 Uhr Aquafitness tief I- II* Sachs		
21.00 Uhr Aquafitness Extreme tief III BaV					

BaV = Bad am Viadukt Bietigheim; HB = Hallenbad Bissingen; Sachs = Hallenbad Sachsenheim

Stand 30.04.2018

Stufe I-II* für Beginner und Schnupperer geeignet, als Präventionskurs buchbar
Stufe II für Fortgeschrittene und Sportler
Stufe III für sehr Fortgeschrittene und Leistungssportler
*für Beginner geeignet und als Präventionskurs