Gemeinsam zum Schwimmflow !

SENIOREN-SCHWIMMEN(MO)

Schwimmen als optimale Aktivität über die Lebensspanne und im Alter

FEUERWEHRSCHWIMMHALLE LEBRING

BEGINN: **15. April**, 22.04, 29.04, 06.05, 13.05

18:15 -19:00 Uhr

Du kannst frei Schwimmen
und bei Wunsch erhältst Du
SchwimmTipps von einer Trainerin vor Ort.
Bei Interesse kannst Du mit Aquagurten sowie
Aquaschuhen deine Fitness verbessern,
natürlich auch mit Unterstützung.

Gesamtes Übungsmaterial wird zur Verfügung gestellt
Aquagürtel,-Schuhe & -Handschuhe/Schwimmnudeln/Bretter/Flossen

Kosten inkl. Hallenmiete: € 65 Euro,--

ANMELDUNG PER TELEFON, E-MAIL, HOMEPAGE

Tel.: 0676 93 71 751 – stp@schwimmresilienz.at

www.schwimmresilienz.at

Angebote Schwimmkurse - Online Buchung - LEBRING

FÜR ALLE ALTERSKLASSEN GEEIGNET

UNGEÜBTE & SPORTLER

GELENKS-SCHONEND

FÖRDERT BEWEGLICHKEIT

POSTIVE WIRKUNG

HERZGESUNDHEIT
STOFFWECHSEL
ATEMMUSKULATUR

STRAFFT DAS GEWEBE

LÖST VERSPANNUNGEN