

# Kursplan Schwimmhalle KROKO-FIT

gültig ab 06.09.2021

| Montag                        | Dienstag                      | Mittwoch                      | Donnerstag                    | Freitag                       | Infos Rund ums Angebot  |
|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---|
|                               |                               | 10.30 - 11.15 Uhr<br>Aqua FIT | 09.00 - 09.45 Uhr<br>Aqua FIT |                               | <b>Kursbeschreibung Aqua FIT</b><br>Schwitzen im Wasser? Das geht! Trainiere Beim Aqua FIT wird der ganze Körper gelenkschonend und effektiv im Wasser trainiert. Die Muskeln arbeiten gegen den Wasserwiderstand und werden somit gekräftigt.<br><br><b>Interesse an Schwimmkursen?</b><br>Wir bieten Schwimmkurse im Alter von 5 bis 9 Jahre an. Alle Infos zu unserem Schwimmkurszeiten erhalten Sie von unserem Servicepersonal.<br><br><b>Voranmeldung &amp; Service</b><br><a href="http://www.krokofit-radebeul.de/kurse.html">www.krokofit-radebeul.de/kurse.html</a><br>oder unter 0351 8 30 27 08 |
| 12.00 - 12.45 Uhr<br>Aqua FIT | 12.00 - 12.45 Uhr<br>Aqua FIT | 11.30 - 12.15 Uhr<br>Aqua FIT | 12.15 - 13.00 Uhr<br>Aqua FIT |                               |   |
|                               | 16.45 - 17.30 Uhr<br>Aqua FIT | 13.15 - 14.00 Uhr<br>Aqua FIT |                               | 15.00 - 15.45 Uhr<br>Aqua FIT |   |
| 18.00 - 18.45 Uhr<br>Aqua FIT | 18.00 - 18.45 Uhr<br>Aqua FIT | 17.00 - 17.45 Uhr<br>Aqua FIT | 18.00 - 18.45 Uhr<br>Aqua FIT |                               |   |
| 19.00 - 19.45 Uhr<br>Aqua FIT | 19.30 - 20.15 Uhr<br>Aqua FIT | 18.00 - 18.45 Uhr<br>Aqua FIT | 18.45 - 19.30 Uhr<br>Aqua FIT |                               |   |
| 20.15 - 21.00 Uhr<br>Aqua FIT |                               |                               | 19.30 - 20.15 Uhr<br>Aqua FIT |                               |   |
|                               |                               |                               | 20.15 - 21.00 Uhr<br>Aqua FIT |                               |   |
| <b>Flachwasser</b>            | <b>Tiefwasser</b>             |                               |                               |                               |   |


## Kursverhalten in der COVID-19 Phase

In den Kursen ist auf die Einhaltung des Mindestabstandes von 1,5m zu achten und es besteht keine Maskenpflicht. Bitte niesen und husten Sie in die Armbeuge und denken Sie an das regelmäßige Händewaschen. Vielen Dank!

## Kursinformationen

In den Ferien und an Feiertagen sind Änderungen möglich. Alle Kurse finden ab **5 Teilnehmern** statt. Änderungen sind vorbehalten.

## Fragen und Feedback

Persönlich oder unter [info@sbf-radebeul.de](mailto:info@sbf-radebeul.de)  
 [facebook.com/sbf.radebeul](https://facebook.com/sbf.radebeul)

