

# Aquakurse

| Montag | Dienstag                      | Mittwoch                      | Freitag                       |
|--------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 9 Uhr  |                               | 9.00 - 9.45<br>Aqua-Fitness   | 9.00 - 9.30<br>Aqua-Fitness   |
| 10 Uhr |                               | 10.00 - 10.45<br>Aqua-Power   | 10.00 - 10.30<br>Aqua-Power   |
| 11 Uhr |                               |                               |                               |
| 12 Uhr |                               |                               |                               |
|        |                               |                               |                               |
| 17 Uhr |                               |                               |                               |
|        |                               | 17.30 - 18.00<br>Aqua-Fitness |                               |
| 18 Uhr | 18.00 - 18.45<br>Aqua-Fitness |                               | 18.00 - 18.30<br>Aqua-Fitness |
|        |                               | 18.30 - 19.00<br>Aqua-Power   |                               |
| 19 Uhr | 19.00 - 19.45<br>Aqua-Power   |                               | 19.00 - 19.30<br>Aqua-Fitness |
| 20 Uhr |                               |                               |                               |
|        | 20.15 - 20.45<br>Aqua-Fitness | 20.15 - 20.45<br>Aqua-Fitness |                               |



**Aqua Fitness/Power**  
 im Flachwasser im Solemar (mit Online Anmeldung)



**Aqua Fitness/Power**  
 im Hallenbad Minara

\*Während den Sommerferien vom 25.07. - 08.09.2024 finden die Aquakurse aus dem Minara im Solemar statt.

Eine Einrichtung der  
**KUR- UND BÄDER**  
 GmbH Bad Dürrhein  
TOURISMUS BÄDER GESUNDHEIT EVENTS