

## Neue Aqua-Schnupperkurse

Fit durch Aqua-Jogging und Aqua-Gymnastik!

Für viele Menschen ist es der ideale Sport. Denn beim Aquasport werden neben vielen Muskelgruppen auch das Herz-Kreislaufsystem hervorragend trainiert und das alles auch noch sehr gelenkschonend.

Nutz deine Chance und melde Dich zum Schnupperkurs über vier Übungseinheiten unter fachkundiger Anleitung an.

Beginn ist Dienstag, **14. April 2020 – 5.5.2020**

**18.00 Uhr Aqua-Jogging**

**19.00 Uhr Aqua-Gymnastik**

Ort: Juliusbad, Stobenstraße 34 in Helmstedt

Weitere Informationen und Anmeldungen im Studio für Bewegung und Gesundheit.

Anmeldeschuß ist der 30.3.2020.

[www.gesundheitssport-helmstedt.de](http://www.gesundheitssport-helmstedt.de)

Tel. 05351 5321021

