

Aqua Splash

Dein Sprung zu mehr Fitness!

Tauche ein in ein abwechslungsreiches Training, das Tanz, Fitness und Spaß vereint! Ideal für alle, die ihre Gesundheit und Fitness verbessern und dabei ins Schwitzen kommen wollen.

Was dich erwartet:



Körperliches Training: Vielseitige Workouts wie Tabata, HIIT, Bootcamp, Stationstraining, Paartraining. Mit und ohne Auftriebshilfen. Tanzmoves zu deinen Lieblingssongs!



Bewege dich mit Rhythmus!

Verwandle das Training in eine Disco, trainiere mit deinen Lieblingssongs, pumpe mit den Beats



Motivierende Gruppendynamik:

Motivation, Unterstützung und viel Energie warten auf dich!



Gesundheitliche Vorteile: Stärkt Herz, Venen und Lunge. Aktiviert Lymphdrainage und Stoffwechsel. Gelenkschonend. Gute Laune garantiert!



Termine:

25.02. - 08.04. | Dienstags, 18:30 - 19:30 | Aqaro Rohrbach



Kostenbeitrag:

70 EUR (7 Einheiten)

63 EUR für Senioren

Hallenbad-Eintritt: 6,50 EUR (2 Std)

**SCHNUPPERN?
JEDERZEIT KOSTENLOS!**



MUDr. Markéta Schestauberová



aquafit.rohrbach@gmail.com



+436608355400



www.aquasharks.at

**AQUA
SHARKS**
SPORTUNION ROHRBACH-BERG
SCHWIMMSEKTION



**Kursstart
25.2.2025
18:30**

