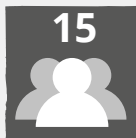
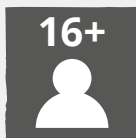


# Sonntags, ab 14. Januar 2024

## AQUA FITNESS



Nach Absprache



12:30 - 14:30  
Uhr



Nürnberg  
Breslauerstr. 251  
Langwasser-Bad

Zusammen mit:



### Fit im Wasser!

Aqua Fitness trainiert den Körper sanft und effektiv. Wir bewegen uns im Wasser zur Musik.

Das Wasser ist gut für die Gelenke.

Und stärkt die Muskulatur.

Das verbessert die Kraft und Beweglichkeit.

Die Kurs-Leitung geht auf alle Bedürfnisse ein.

Wir entdecken die Freude an Bewegung im Wasser.

Und verbessern unsere Fitness.

Das Wasser im Schwimm-Becken ist schulter-tief.

### Kurs-Start 1: 14.01.2024 (10 Termine)

12:30 bis 14:30 Uhr

Nummer: OH-1-541

### Kurs-Start 2: 14.04.2024 (10 Termine)

12:30 bis 14:30 Uhr

Nummer: OH-1-542

Anmeldung bis: 18.12.2023 oder auf Nachfrage

Kosten	Sach-Kosten	Assistenz	Gesamt-Preis
Mit Pflege-Grad	95 €	Seite 9	95 €
Ohne Pflege-Grad	95 €	80 €	175 €
Einzel-Assistenz	auf Nachfrage · siehe Seite 9		