

Kursangebote der kad-Oase für den Sommer 2017 im Freibad Bühlertal



Bitte beachten Sie das eine Anmeldung erforderlich ist.
Anmeldeschluss: freitags 19 Uhr vor Angebotsbeginn.

Ihre Anmeldung nehmen Sie bitte direkt unter
www.kad-oase.de

Für Fragen und Informationen nutzen Sie bitte das Kontaktformular.

Aqua-Cycling = Fahrradfahren im Wasser. ist ein gut für den Herz-Kreislauf und ein gelenkschonende Ganzkörpertraining und. Für das Aqua-Cycling sind feste Aqua-Sportschuhe erforderlich. Bei Bedarf bitte mit anfragen.

Aqua-Jumping = Aqua-Sport der neuen Generation mit einem Trampolin im Wasser. Die Kombination aus Trampolin springen und Fitnessübungen im stehtiefen Wasser ist als intensives Training von Ausdauer, Kraft und Koordination besonders Gelenk schonend und eignet sich für alle Alters- und Leistungsklassen.

Drums Alive® = ein neuer Trend im Fitness-Work-Out. Diese dynamischen Fitness - Übungen verbindet einfache und pulsierenden Trommelrhythmen in einem ganzheitlichen Bewegungsablauf.

Faszientraining = ist eine bewegungstherapeutische oder sportliche Trainingsmethode zur gezielten Förderung der Eigenschaften des muskulären Bindegewebes, der Faszien. Wir trainieren mit Gymnastikbären und Faszien-Rollen.

Sommer-Ferienprogramm für Kinder von 6 - 12 Jahren.

dienstags und mittwochs von 8:30 - 11:30 Uhr. Wir basteln, spielen, experimentieren, trommeln und **jumpen bei schönem Wetter im Wasser.**

Ihre Anmeldung und alle weiteren Informationen erhalten Sie bei der Touristik-Info Bühlertal.

Alle Informationen und Termine finden Sie auf der Webseite der Gemeinde Bühlertal. www.buehlertal.de

Bitte erkundigen Sie sich bei schlechtem Wetter, wo und ob die Angebote stattfinden!



Monat	Datum	Uhrzeit	Kurs	Dauer	Preis p.P	Plätze
Juni	20.06.	13:30	Aqua-Cycling	30 min	5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Drums Alive		3 Euro	10
	21.06.	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Faszientraining		3 Euro	10
	27.06.	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Drums Alive		3 Euro	10
	28.06.	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Faszientraining		3 Euro	10

Der Eintritt ins Schwimmbad ist separat zu zahlen.

Hinweis: Bei anhaltendem Regenwetter oder bei geschlossener Wolkendecke und kühler Witterung finden keine Kurse statt. Bitte informieren Sie sich vorab unter

www.kad-oase.de

Mindestteilnehmer 5 Personen für alle Angebote.



Monat	Datum	Uhrzeit	Kurs	Dauer	Preis p.P	Plätze
August	07.08	13:30	Aqua-Cycling	30 min	5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Drums Alive		3 Euro	10
	08.08	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Faszientraining		3 Euro	10
	09.08	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Drums Alive		3 Euro	10
	10.08	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Faszientraining		3 Euro	10

Der Eintritt ins Schwimmbad ist separat zu zahlen.

Hinweis: Bei anhaltendem Regenwetter oder bei geschlossener Wolkendecke und kühler Witterung finden keine Kurse statt. Bitte informieren Sie sich vorab unter

www.kad-oase.de

Mindestteilnehmer 5 Personen für alle Angebote.



Monat	Datum	Uhrzeit	Kurs	Dauer	Preis p.P	Plätze
September	05.09	13:30	Aqua-Cycling	30 min	5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Drums Alive		3 Euro	10
	06.09	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Faszientraining		3 Euro	10
	07.09	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Drums Alive		3 Euro	10
	08.09	13:30	Aqua-Cycling		5 Euro	6
		14:15	Aqua-Jumping		3 Euro	10
		14:45	Faszientraining		3 Euro	10

Der Eintritt ins Schwimmbad ist separat zu zahlen.

Hinweis: Bei anhaltendem Regenwetter oder bei geschlossener Wolkendecke und kühler Witterung finden keine Kurse statt. Bitte informieren Sie sich vorab unter

www.kad-oase.de

Mindestteilnehmer 5 Personen für alle Angebote.

