



KURSE FREIZEITBAD VEGESACK 2023 - 3. STAFFEL

UNSERE AQUA FITNESS KURSE

KURSE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	KATEGORIE BECKEN
Aqua Fitness		10.05 - 10.50	18.15 - 19.00 19:15 - 20:00			3 Schwimmerbecken
Aqua Jogging		09.15 - 10.00				3 Schwimmerbecken
Aqua Power		18.20 - 18.50 19.30 - 20.00		19.30 - 20.00		1 Solebecken
Aqua Bauch Beine Po		18.55 - 19.25		18.20 - 18.50		1 Solebecken
Aqua Rückenfit				09.10 - 09.40 09.45 - 10.15 10.20 - 10.50 17.45 - 18.15		1 Solebecken
Aqua Mix				18.55 - 19.25		1 Solebecken
Aqua Babybauch		17.45 - 18.15				1 Solebecken

Bitte beachten Sie, dass es zu Änderungen der Kurse und Kurszeiten kommen kann. Stand: April 2023

UNSERE SCHWIMMKURSE

KURSE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	KAT. BECKEN
Baby 3-12 M.		16.10 - 16.40					3 Solebecken
Baby 12-24 M.		16.40 - 17.10					3 Solebecken
Kleinkind 2-3 J.		17.10 - 17.40					3 Solebecken
Stadtmusikanten Plus		16.30 - 17.00		16.30 - 17.00		10.00 - 10.30* 10.45 - 11.15*	3 Lehrschwimmbecken
Seepferdchen Anfänger	Mo + Mi 15.30 - 16.00 16.10 - 16.40 16.50 - 17.20	15.45 - 16.15	Mo + Mi 15.30 - 16.00 16.10 - 16.40 16.50 - 17.20	15.00 - 15.30	15.30 - 16.00 16.10 - 16.40 16.50 - 17.20 17.30 - 18.00		3 Lehrschwimmbecken
Seepferdchen Fortg.	Mo + Mi 17.30 - 18.00		Mo + Mi 17.30 - 18.00	15.40 - 16.10	16.50 - 17.20		3 Schwimmerbecken
Bronze	Mo + Mi 16.50 - 17.20 17.30 - 18.00	15.45 - 16.15 16.30 - 17.00	Mo + Mi 16.50 - 17.20 17.30 - 18.00	15.40 - 16.10	15.30 - 16.00 17.30 - 18.00		3 Schwimmerbecken
Silber						11.30 - 12.00*	3 Schwimmerbecken
Erw. Schwimmen Anfänger		18.45 - 19.45 20.00 - 21.00					2 Schwimmerbecken

*Preiskategorie 2

Bitte beachten Sie, dass es zu Änderungen der Kurse und Kurszeiten kommen kann. Stand: April 2023

Kurs-Anmeldung vor Ort im Freizeitbad Vegesack oder im Bremer Bäder-Shop bei SportScheck in der Sögestraße 22 (4. Etage).

Anfragen zu den Kursen per Mail unter → shop@bremer-baeder.de