

Allgemeine Informationen

Bei großer Nachfrage tragen wir Sie gerne auf unsere Warteliste ein und informieren Sie, sobald Kursplätze verfügbar sind.

In den Ferien, an Feiertagen und während der Freibadsaison finden keine regulären Kurse statt.

Fallen Kurszeiten auf Feiertage, werden diese an Ersatzterminen nachgeholt. Die Termine werden von der Kursleitung bekannt gegeben.

Kurse finden nur bei erreichter Mindestteilnehmerzahl statt.

Um das Kursziel zu erreichen, empfehlen wir Ihnen, die Stunden vollständig wahrzunehmen und weisen darauf hin, dass nicht wahrgenommene Kursstunden verfallen.

Alle Preise inklusive 2 Stunden Eintritt ins Solebad, zzgl. 5 € Kartenpfand.

Selbstverständlich steht Ihnen das aqua-sole Team für Rückfragen jederzeit gerne zur Verfügung.



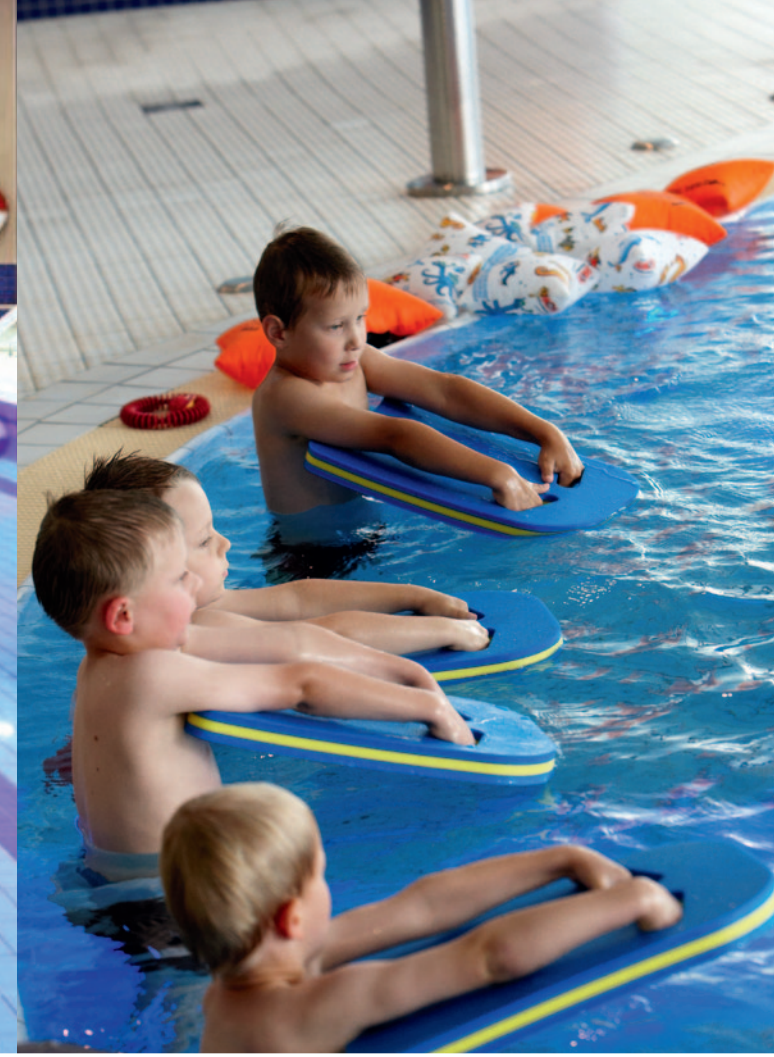
Öffnungszeiten

SOLEBAD

Montag – Freitag	08:00 – 21:00 Uhr
Samstag	10:00 – 21:00 Uhr
Sonn- u. Feiertage	08:00 – 21:00 Uhr

SAUNA

Montag – Donnerstag	09:00 – 22:00 Uhr
Freitag u. Samstag	09:00 – 23:00 Uhr
Sonn- u. Feiertage	09:00 – 21:00 Uhr



aqua-solino Kid's Club

Spiel & Spaß im und am Wasser im aqua-solino Kid's Club.

Infos unter www.aqua-sole.de oder direkt bei uns im aqua-sole



aqua-sole

Bade- und Saunaparadies

Marktbreiter Str. 8
97318 Kitzingen
Telefon: 09321/39007-0
E-Mail: info@aqua-sole.de

 facebook.com/aquasole
www.aqua-sole.de



Schwimm- und Fitnesskurse

aqua-sole
Bade- und Saunaparadies



Schwimmkurse



Lerninhalte

Wassergewöhnung / Tauchen / Gleiten
Springen / Schwimmtechniken / Atemtechnik
Auftrieb / Im Wasser schweben

KINDER (AB 6 JAHRE)

Anfänger Brust – 10 x 45 Min. 95,- €

1 x oder 2 x wöchentlich, 6 Teilnehmer pro Kurs

Fortgeschritten Brust oder Kraul – 10 x 45 Min. 95,- €

1x wöchentlich, 8 Teilnehmer pro Kurs

Privatkurs – 5 x 45 Min. 195,- €

Termine und Kursinhalte nach Vereinbarung

Einzelstunde – 45 Min. 25,- €

kann nur in Verbindung mit einem Kurs genommen werden

ERWACHSENE

Anfänger Brust – 8 x 45 Min. 135,- €

freitags 19:30 Uhr, 8 Teilnehmer pro Kurs

Fortgeschritten Brust, Kraul oder Rücken – 8 x 45 Min. 135,- €

freitags 19:30 Uhr, 8 Teilnehmer pro Kurs

Privatkurs – 5 x 45 Min. 195,- €

Termine und Kursinhalte nach Vereinbarung

Einzelstunde – 45 Min. 25,- €

kann nur in Verbindung mit einem Kurs genommen werden

Fitnesskurse

Inhalte

Muskeln stärken / Kalorien verbrennen
Gelenke schonen / Fit halten

Aqua-Fitness – je 45 Min. 135,- €

Powertraining im tiefen Wasser mit oder ohne Gerät. Dehnung und Aufbau der Muskulatur, Ausdauer und Kondition, Förderung des Gleichgewichts und der Beweglichkeit.

freitags 20:30 Uhr – 10 x innerhalb 12 Wochen

Mindestteilnehmerzahl: 12

Aqua-Attack – je 45 Min. 135,- €

Powertraining im tiefen Wasser mit Übungen aus diversen Box-Sportarten und Aqua-Fitness. Ausdauer und Kondition, Koordination, Muskelaufbau.

freitags 20:30 Uhr – 10 x innerhalb 12 Wochen

Mindestteilnehmerzahl: 12



*Alle Kursgebühren sind inklusive
zwei Stunden Eintritt in das Solebad!*

Aqua-Pilates – je 45 Min. 135,- €

Ganzheitliches Körpertraining mit Kraftübungen, Stretching und Atemübungen. Muskelaufbau und Kondition.
mittwochs 9:30 Uhr – 10 x innerhalb 12 Wochen
Mindestteilnehmerzahl: 12

Wassergymnastik – je 45 Min. 135,- €

Übungen zur Lockerung, Dehnung, Ausdauer und Kondition. Aufbau der Muskulatur. Förderung des Gleichgewichts und der Beweglichkeit. Auch für Nichtschwimmer geeignet.
mittwochs 18:30 Uhr – 10 x innerhalb 12 Wochen
Mindestteilnehmerzahl: 12

*Wir freuen uns auf Ihre
Kursplatzreservierung*

online unter www.aqua-sole.de
persönlich im aqua-sole
per Mail an info@aqua-sole.de
telefonisch unter 09321/390070

Mit Bestätigung des Kursplatzes wird die Kursgebühr fällig.
Sobald diese beglichen ist, ist der Kursplatz verbindlich für Sie reserviert.