

In dieser Woche haben wir im Wellness Vital folgende Aktivitäten



Datum	Tag	Uhrzeit	Aktivität	Treffpunkt
23. Jan.	Montag	8.30-9.00 Uhr	Aqua Fit mit Stäben leicht	Schwimmbad
24. Jan.	Dienstag	8.30-9.00 Uhr	Aqua Fit ohne Gerät mittel	Schwimmbad
		13.00-13.30 Uhr	Rückenschule	Bewegungsraum
25. Jan.	Mittwoch	8.30-9.00 Uhr	Aqua Fit mit kleinen Poolnudeln schwer	Schwimmbad
26. Jan.	Donnerstag	8.30-9.00 Uhr	Aqua Fit ohne Gerät leicht	Schwimmbad
		16.00-16.30Uhr	Nordic Aqua Sports	Schwimmbad
27. Jan.	Freitag	8.30-9.00 Uhr	Aqua Fit mit Schwimmbrett mittel	Schwimmbad
28. Jan.	Samstag	8.30-9.00 Uhr	Aqua Fit mit großen Poolnudeln schwer	Schwimmbad
29. Jan.	Sonntag	8.30-9.00 Uhr	Aqua Fit ohne Gerät leicht	Schwimmbad