



45 Min.

Martin-Schongauer-Gymnasium - Schwimmhalle

Beschreibung

Aqua Fit ist eine spezielle Form der Wasser-Gymnastik.

Durch die Leichtigkeit im Wasser, werden alle Muskelpartien optimal gestärkt und stabilisiert, ohne diese zu überansprechen.

Kontaktdaten:

Gabi Ullmann

gabi@ssvbreisach.online