Kurstage für Kurs 261302259 (Aqua-Cycling)

Ein erfrischendes Ganzkörpertraining auf fetzige Musik. Es wird sitzend und stehend auf einem Aqquatix Bike geradelt, der Oberkörper wird mit Kleingeräten trainiert. Aqua-Cycling kräftigt die Muskulatur, strafft die Haut, fördert das Herz-Kreislauf-System und ist optimal für die Durchblutung. Die Bikes besitzen eine Widerstandsschraube und sind somit für jedes Fitnesslevel geeignet. Sie benötigen keine speziellen Schuhe.

Wichtige Hinweise für die Aqua- und Schwimmkurse im Freizeitbad Stegermatt:
- Kinder unter einem Meter Körpergröße haben freien Eintritt.
- Standardmöglichkeit 1: Kurztarif 1,5 Stunden für Kinder: 3,50 Euro, für Erwachsene: 5,50 Euro
- So können Sie sparen: Erwerb einer Wertkarte Bronze (100 Euro / 10%), Wertkarte Silber (150 Euro / 13%) oder Wertkarte Gold (200 Euro / 17%). Wenn mit einer Wertkarte bezahlt wird, erhalten Sie je nach Wertkarte 10% - 17% Nachlass auf den Tarif.
- Jahreskarte: Kinder bezahlen 280 Euro, Erwachsene 470 Euro
- Inhaber des Seniorenpasses und des Familienpasses (beim Bürgerbüro zu beantragen) erhalten Wertkarten. Nähere Information beim Bürgerbüro.

Weitere Informationen und aktuelle Tarife entnehmen Sie bitte der Website des Freizeitbades.

Datum	Uhrzeit	Ort
17.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
24.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
08.05.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
15.05.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
22.05.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
12.06.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
19.06.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
26.06.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
03.07.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
10.07.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
17.07.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
24.07.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken