

# Kurstage für Kurs 261302271 (Aqua-Balance)

Das ganzheitliche Bewegungstraining im Wasser ist gelenkschonend, es kräftigt, mobilisiert und dehnt auf sanfte Weise die Skelettmuskulatur. Das abwechslungsreiche Programm entspannt Körper und Geist. Durch die positiven Eigenschaften des Wassers werden Gelenke und Wirbelsäule entlastet. Es wird in brust- bis schultertiefem Wasser durchgeführt und ist somit auch für im Wasser unsichere Personen geeignet.

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	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
24.04.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
08.05.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
15.05.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
19.06.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
26.06.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
03.07.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
10.07.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
17.07.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken
24.07.2026	10:00 - 10:45 Uhr	Offenburg Freizeitbad Stegermatt Kursbecken