

Stadtbad Bochum - neue Kurstermine (ab Juli/August 2010)

Stand: 14.08.2010

| Montag | | | | | Dienstag | | | | |
|--|-----------------|-------------|------------|-----------|---------------------------------|---------|-------------|---------------|---------|
| Kurs | Uhrzeit | Dauer(Min.) | Beginn ab | Preis € | Kurs | Uhrzeit | Dauer(Min.) | Beginn ab | Preis € |
| Wasser Gymnastik* | 07:30 | 20 | | kostenlos | A-Fit m. Rückensch. 50 plus | 09:30 | 8 x 45 | 01.06.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit | 08:30 | 8 x 45 | 19.07.2010 | 74,- | Aqua-Fit f. Übergew. | 10:30 | 8 x 45 | 01.06.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit m. Rückenschule | 09:30 | 8 x 45 | 12.07.2010 | 74,- | Rehabilitationssport | 11:30 | | | |
| Aqua-Fit 50 plus | 10:30 | 8 x 45 | 12.07.2010 | 74,- | Aqua-Fit Knappschaft | 15:00 | 8 x 45 | 22.06.2010 | |
| Rehabilitationssport | 16:00 | | | | Aqua-Fit | 16:00 | 8 x 45 | 01.06.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit Knappschaft | 17:00 | 8 x 45 | 26.07.2010 | | Aqua Jogging/Robic | 16:00 | 8 x 45 | 22.06.2010 | 70,- |
| Aqua-Cycling | 17:00 | 8 x 45 | 05.07.2010 | 89,- | Aqua-Jogging f. Fortgeschr. | 17:00 | 8 x 45 | 22.06.2010 | 70,- |
| Aqua-Jogging + Knappschaft Anf. | 18:00 | 8 x 45 | 05.07.2010 | 70,- | Aqua-Fit f. Übergew. | 17:00 | 8 x 45 | 01.06.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit | 18:00 | 8 x 45 | 26.07.2010 | 74,- | Aqua-Jogging + Knappschaft Anf. | 18:00 | 8 x 45 | 22.06.2010 | 70,- |
| Aqua-Robic - BOP | 19:00 | 8 x 45 | 26.07.2010 | 63,- | Aqua-Fit m. Rückenschule | 18:00 | 8 x 45 | 01.06.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit m. Rückensch. | 19:00 | 8 x 45 | 05.07.2010 | 74,- | Aqua-Fit relax | 19:00 | 8 x 45 | 01.06.2010 | 74,- |
| Aqua-Power Boxing | 20:00 | 8 x 45 | 05.07.2010 | 63,- | Aqua-Fit m. Rückenschule | 20:00 | 8 x 45 | 01.06.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit relax | 20:00 | 8 x 45 | 05.07.2010 | 74,- | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Mittwoch | | | | | Donnerstag | | | | |
| Kurs | Uhrzeit | Dauer(Min.) | Beginn ab | Preis € | Kurs | Uhrzeit | Dauer(Min.) | Beginn ab | Preis € |
| Aqua-Fit | 09:30 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 74,- | Rehabilitationssport | 09:30 | | | |
| Aqua-Fit | 10:30 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 74,- | Aqua-Fit | 10:30 | 8 x 45 | 08.07.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit | 11:30 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 74,- | Rehabilitationssport | 11:15 | | | |
| Aqua-Fit | 15:00 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 74,- | Aqua-Fit | 15:00 | 8 x 45 | 08.07.2010 | 74,- |
| Kinderschwimmen | 16:00 | 10 x 45 | 01.09.2010 | 70,- | Aqua-Fit | 16:00 | 8 x 45 | 08.07.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit | 16:00 | 8 x 45 | 23.06.2010 | | Reha-Fit | 17:00 | | | |
| Aqua-Fit f. Übergew. | 17:00 | 8 x 45 | 02.06.2010 | 74,- | Aqua-Robic + TKS | 17:00 | 8 x 45 | 29.07.2010 | 63,- |
| Aqua-Jogging/Robic | 17:00 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 70,- | Aqua-Fit m. Rückenschule | 18:00 | 8 x 45 | 15.07.2010 | 74,- |
| Rehabilitationssport | 18:00 | | | | Aqua-Jogging/Robic | 18:00 | 8 x 45 | 22.07.2010 | 70,- |
| Aqua-Cycling Anf. | 18:00 | 8 x 45 | 30.06.2010 | 89,- | Aqua-Fit m. Rückenschule | 19:00 | 8 x 45 | 05.08.2010 | 74,- |
| Aqua-Fit m. Rückenschule | 19:00 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 74,- | Aqua-Fit H2O | 20:00 | 8 x 45 | 22.07.2010 | 74,- |
| Aqua-Robic/Power | 19:00 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 63,- | | | | | |
| Aqua-Jogging | 20:00 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 70,- | | | | | |
| Aqua-Fit | 20:00 | 8 x 45 | 23.06.2010 | 74,- | | | | | |
| Freitag | | | | | Samstag | | | | |
| Kurs | Uhrzeit | Dauer(Min.) | Beginn ab | Preis € | Kurs | Uhrzeit | Dauer(Min.) | Beginn ab | Preis € |
| Aqua-Fit | 09:30 | 8 x 45 | 02.07.2010 | 74,- | Aqua-Jogging ohne Voranmeldung | 10:00 | 30 Min. | jeden Samstag | 7,- € |
| Rehabilitationssport Rehabilitationssport | 10:30, 16:00 | | | | Aqua-Triathlon | 10:45 | 8 x 60 | 24.07.2010 | 89,- |
| Aqua-Fit m. Rückensch. | 17:00 | 8 x 45 | 16.07.2010 | 74,- | Aqua-Fit | 12:00 | 8 x 45 | 17.07.2010 | 74,- |
| Nachholtermine + REHA | 17:00 | 45 Min. | | | Sonntag | | | | |
| Aqua-Fit f. Übergew. | 18:00 | 8 x 45 | 02.07.2010 | 74,- | Kurs | Uhrzeit | Dauer(Min.) | Beginn ab | Preis € |
| Aqua-Jogging | 18:00 | 8 x 45 | 02.07.2010 | 70,- | Nachholtermine | 10:00 | 45 Min. | | |
| Aqua-Fit m. Rückenschule | 19:00 | 8 x 45 | 16.07.2010 | 74,- | Aqua-Fit | 11:00 | 8 x 45 | 25.07.2010 | 74,- |
| Aqua-Triathlon | 19:00 | 8 x 60 | 09.07.2010 | 89,- | Aqua-Fit | 12:00 | 8 x 45 | 25.07.2010 | 74,- |
| Aqua-Jogging + TKS | 20:00 | 8 x 45 | 16.07.2010 | 70,- | | | | | |
| Aqua-Fit | 20:00 | 8 x 45 | 16.07.2010 | 74,- | | | | | |

Bei Zuzahlung von 16,- € kann während der gesamten Kurszeit die Sauna genutzt werden!
Volle Kurse sind grau unterlegt!!