



Weitere Infos und Anmeldung

Aquafit Andermatt stehtief

Aktiv bleiben ist ein Schlüsselfaktor für gesundes Älterwerden!

Das Element Wasser bietet aufgrund seiner physikalischen Eigenschaften viele Möglichkeiten um die Muskulatur des ganzen Körpers, den Herzkreislauf, die Kraft und die Beweglichkeit zu trainieren. Durch den Widerstand des Wassers werden Gelenke und Wirbelsäule gut entlastet und die allgemeine körperliche Kondition und Koordination verbessert.

Das Training im stehtiefen Wasser verleiht ein angenehmes Wohlgefühl und ist auch für Nichtschwimmerinnen und Nichtschwimmer geeignet.

Angebot:	26-1-521-01
Termine:	13.04.2026 - 22.06.2026 8 x Mo 10:30 - 11:15
Ausfalltage:	04.05.2026, 11.05.2026, 25.05.2026
Leitung:	Anita Epp
Ort:	Hallenbad Radisson Blu Andermatt, Bäregasse 1, 6490 Andermatt
Kosten:	CHF 120.00
Hinweise:	exklusiv Hallenbadeintritt



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil er in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.



Kursteilnehmende können dank der QualiCert-Zertifizierung bei ihrer Krankenkasse Beiträge zu den Kurskosten geltend machen. Dieses Gütesiegel steht für hohe Kompetenz und Seriosität und macht gesundheitsfördernde Aktivitäten noch attraktiver.