

# AQUAFITNESS

In den wöchentlichen Aquafitness-Stunden der Pro Senectute Kanton Zug werden Wassergewöhnung, Wassergymnastik und ein sanftes Schwimmen angeboten.

Es ist eine ideale Möglichkeit, etwas für das allgemeine Wohlbefinden zu tun und chronischen Beschwerden des Herz-Kreislauf-Systems und des Bewegungsapparates vorzubeugen.

Die angebotenen Lektionen werden von esa-anerkannten Aquafitness-Leiterinnen geführt und semesterweise verrechnet.



# AQUAFITNESS

## **Pro Senectute Kanton Zug**

041 727 50 50

Aegeristrasse 52

6300 Zug

[info@zg.prosenectute.ch](mailto:info@zg.prosenectute.ch)

[www.zg.prosenectute.ch](http://www.zg.prosenectute.ch)

---

Zeit

---

**Dienstag, 8 – 8.45 h**

---

**Dienstag, 8.45 – 9.30 h**

---

Ort

---

**Albisstrasse, Steinhausen**

---

Leitung

---

**Alice Gomes Keller**

---

Kosten

---

Fr. 360.-

Lektionenpreis Fr. 18.- (inkl. Eintritt)

---

Hinweis:

---

Die genauen Kursdaten finden Sie unter  
[www.zg.prosenectute.ch](http://www.zg.prosenectute.ch)

---