

Aqua-Kurse 2026

Aqua-Prävention

Aqua Power
Fitness

Aqua Jogging

Gelenk
schonendes
Aquatrainning



Zuschuss bis zu
75,- € und mehr
von Ihrer Kasse*

* ab 7 Teilnahmen. Gilt nur für Aqua-Präventionskurse.
Die Höhe des Zuschusses ist nicht bei allen Krankenkassen gleich,
kann aber durchaus auch höher sein – siehe auch Rückseite.

Aqua-Kurse fit & fun

Aqua-Biking



AquaZumba



THERME BAD STEBEN

Bayerisches Staatsbad Bad Steben GmbH

Badstraße 31 | 95138 Bad Steben

Telefon 09288 960-0

www.therme-bad-steben.de

Bayern



Aquakurse

Aquakurse

Aqua-Prävention

Unsere Aqua-Präventionskurse **Aqua Jogging**, **Aqua Power Fitness** und **Gelenkschonendes Aquatraining**:

- fördern die Kondition & Koordination,
- kräftigen die Muskeln,
- stärken das Herz-Kreislauf-System,
- regen den Fettstoffwechsel an.

	Wann	Einzel-Kurs	8-er Kurs*
Aqua Power Fitness	Di 17.30 Uhr Di 18.30 Uhr Mi 17.30 Uhr Mi 18.30 Uhr	21,00 €	125,00 €
Aqua Jogging	Di 19.15 Uhr Mi 19.15 Uhr	21,00 €	125,00 €
Gelenk schonendes Aquatraining	Mi 9.00 Uhr Mi 10.00 Uhr Mi 11.00 Uhr	21,00 €	125,00 €

* **Geschlossene 8-er Kurse** – kein Quereinstieg in laufende Kurse möglich.

Terminierung notwendig:

im Service-Center oder unter Telefon 09288 960-0.

Start der Kurse siehe www.therme-bad-steben.de

Kursdauer jeweils 45 Minuten. In der Kursgebühr sind 2 Std. Wasserwelten enthalten.

Termine Einzelkurse auf Nachfrage.

Aqua-Prävention macht sich bezahlt:

Ab 7 Teilnahmen: Zuschuss bis 75 €/Kurs von den Kassen – bei einigen Kassen auch **volle Erstattung (125 €)** – evtl. auch 2 Mal pro Jahr.

Fragen Sie Ihre Kasse!

Aqua Zumba & Aqua Biking

Fördern, kräftigen & stärken Sie Kondition, Muskeln, Herz-Kreislauf-System & Fettstoffwechsel auch mit **Aqua Zumba** oder **Aqua Biking**.

	Wann	Einzel-Karte	8-er Karte
Aqua Zumba	Do 19.00 Uhr	17,00 €	99,00 €
Aqua Biking	Do 18.00 Uhr	19,90 €	115,00 €

Kursdauer jeweils 45 Minuten. In der Kursgebühr für Aqua-Zumba sind 2 Std. Wasserwelten enthalten, in der Kursgebühr für Aqua Biking 2,5 Std. Wasserwelten. Für Aqua Biking werden Radlerhose und Aqua-Schuhe empfohlen.

