



Wassergewöhnung und Schwimmen für Einsteigende und Fortgeschrittene

Schwimmen ist ein umfassendes Ganzkörpertraining, das die Muskulatur stärkt und gleichzeitig gelenkschonend wirkt. In diesem Kurs lernen Sie, sich sicher und entspannt im Wasser zu bewegen und erleben, wie angenehm es ist, mühelos vorwärts zu kommen. Der Kurs ist sowohl für NichtschwimmerInnen als auch für SchwimmerInnen geeignet, die ihre Technik verbessern möchten.

- Angebotsnummer:** 261-5203-61
Termine: 05.01.2026 - 29.06.2026
19 x Mo 15:15 - 16:00
Ausfalltage: 02.02.2026, 09.02.2026, 16.02.2026, 06.04.2026, 13.04.2026, 20.04.2026,
25.05.2026
Leitung: Annette Andermatt, Heike Girardin
Ort: Hallenbad ZUWEBE, untere Rainstrasse 31, 6340 Baar, Hallenbad ZUWEBE
Kosten: CHF 513.00
Anmeldefrist: 29.12.2025

Krankenkassen-Anerkennung: Dieser Kurs ist QualiCert-angemerkt und kann von Krankenkassen unterstützt werden

Mehr Informationen unter Telefon 041 511 15 30 oder zg.prosenectute.ch

Pro Senectute Kanton Zug

Aegeristrasse 52 – 6300 Zug – Telefon 041 511 15 30
info@zg.prosenectute.ch – zg.prosenectute.ch

Spendenkonto
CH26 0078 7007 7105 7260 1

