



Weitere Infos und Anmeldung

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.

Angebot:	262-5203-61
Termine:	17.08.2026 - 07.12.2026 15 x Mo 15:15 - 16:00
Ausfalltage:	05.10.2026, 12.10.2026
Leitung:	Annette Andermatt, Heike Girardin
Ort:	Hallenbad ZUWEBE, untere Rainstrasse 31, 6340 Baar
Kosten:	CHF 405.00



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es 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.