

Kursprogramm & freie Schwimmzeiten Dezember 2024

Liebe Kunden,

die freien Schwimmzeiten sind in hellblau dargestellt. Bitte beachtet die angegebenen Endzeiten, zu diesen soll der Umkleidebereich verlassen werden.

Bitte meldet euch für **Kurse** weiterhin telefonisch (04821 772-6772) oder via E-Mail (medifit@kh-itzehoe) an.

Wir nehmen die Kursanmeldungen für den Folgemonat frühestens am ersten Werktag des aktuellen Monats ab 08:00 Uhr telefonisch, schriftlich oder persönlich entgegen. Es können zwei Wasserkurse pro Monat und/oder zwei Trockenkurse pro Monat angemeldet werden. Zusätzliche Kurse können 24 Stunden vorher angefragt werden.

Wir haben vom 23.12.2024 – 01.01.2025 geschlossen.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
09:30 - 10:30 fr.Schwimmen	09:30 - 10:30 fr.Schwimmen	09:30 - 14:00 freies Schwimmen	09:30 - 10:30 fr.Schwimmen	09:30 - 10:30 fr.Schwimmen	09:00 - 13:55 freies Schwimmen
11:00 - 11:45 Aqua Fitness			11:00 - 11:45 Aqua Fitness		
13:00 - 14:00 fr.Schwimmen	13:00 - 14:00 fr.Schwimmen			13:00 - 15:15 fr.Schwimmen	
15:15 - 16:30 fr.Schwimmen				15:45 - 16:30 Aqua Rider	
15:45 - 16:30 Fit ab 65		16:00 - 16:45 Aqua Power			
17:00 - 17:45 Aqua Fitness	16:00 - 17:15 fr.Schwimmen	17:00 - 17:45 Wirbelsäulengymnastik			
		18:00 - 18:45 Aqua Fitness	18:00 - 18:45 Move It	16:45 - 19:55	
18:30 - 19:15 Aqua Fitness	17:45 - 18:30 Aqua Rider	19:00 - 19:55 freies Schwimmen	19:00 - 19:55 freies Schwimmen	freies Schwimmen	
	18:45 - 19:55 fr.Schwimmen				