



Gemeinde
NÜSTTAL
gemeinsamaktiv



Wassergymnastik

im Freibad Gotthards

Ab 21. Mai 2022

Teilnahme in eigener Verantwortung
und unter Beachtung der aktuellen Corona-Regeln.

- Körperliche Fitness, Kräftigung der Muskulatur
- Bewegungsfördernd, schonend für Gelenke und Rücken
- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Ausgleichende Wirkung auf das vegetative Nervensystem
- Stressabbau und Entspannung
- Teilnahme in der Gruppe: 5er-Karte 30 Euro
(zuzüglich Eintritt ins Freibad)

Ohne Anmeldung

mittwochs und samstags 10:00 bis 10:45 Uhr

Auskunft bei unbeständiger Witterung
Tel. 0171-8334889 (Kiosk)

Pause vom
25.7.-7.8.2022

Liegt die Lufttemperatur unter 18 Grad bleibt das Bad geschlossen.

Leitung:

Ramona Schickling
Physiotherapeutin
Tel. 0151-70691177

Weitere Information:

Gemeinde Nüsttal
Schulstr. 19, 36167 Nüsttal
Tel. 06684-960510
www.nuesttal.de
Anja Biedenbach, aktiv@nuesttal.de