



Weitere Infos und Anmeldung

Wasserfitness-Gruppe - Hohenrain - Mittwoch

Die Lektionen beinhalten Haltungs- und Kräftigungsgymnastik im Wasser und fördern auch Koordination und Gleichgewicht. Durch den Auftrieb des Wassers werden die Gelenke und die Wirbelsäule entlastet, und die Muskulatur kann durch den Wasserwiderstand gezielt gestärkt werden.

Angebot:	26-2-86020-854
Termine:	19.08.2026 - 16.12.2026 16 x Mi 12:00 - 13:00
Ausfalltage:	30.09.2026, 07.10.2026
Leitung:	Retha Scherrer
Ort:	Heilpädagogisches Zentrum Hohenrain, 6276 Hohenrain
Kosten:	CHF 202.00
Hinweise:	Wegbeschreibung: Hallenbad Heilpäd. Zentrum



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.