PRO SENECTUTE
GEMEINSAM STÄRKER

Weitere Infos und Anmeldung

Aqua-Jogging SPZ Nottwil (mit Weste)

Aqua-Jogging wird im Tiefwasser mit einer zur Verfügung gestellten Weste durchgeführt. So kann in aufrechter Position trainiert werden. Die Schwerelosigkeit lockert und entspannt Muskeln und Wirbelsäule, vermindert Rücken- und Gelenkbeschwerden und ist ein Herz-Kreislauftraining.

Angebot:	26-2-86021-405
Termine:	21.08.2026 - 18.12.2026 16 x Fr 10:45 - 11:30
Ausfalltage:	02.10.2026, 09.10.2026
Leitung:	Debora Grossenbacher
Ort:	Hallenbad Paraplegikerzentrum, Nottwil
Treffpunkt:	Hallenbad Paraplegikerzentrum, Nottwil
Kosten:	CHF 268.00
Hinweise:	Sollten einzelne Lektionen aufgrund eines technischen Defekts seitens des Hallenbades abgesagt und nicht nachgeholt werden können, erfolgt keine Kursgeldrückerstattung. Inkl. Weste, exkl. Eintritt Hallenbad (AHV CHF 10.-) Reduzierte Eintrittspreis für Einwohner Partnergemeinden (Nottwil, Neuenkirch, Sursee, Sempach, Buttisholz). Weitere Infos erhalten sie an der Hallenbad-Kasse.

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

Pro Senectute Kanton Luzern
Bildung+Sport
Maihofstrasse 76 – 6006 Luzern – Telefon 041 226 11 99
bildung.sport@lu.prosenectute.ch – lu.prosenectute.ch

Spendenkonto
CH86 8080 8005 7958 7261 9

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.