



# See Park SPA Club

## Sonderkursplan am Donnerstag, *den 26.Mai (Christi Himmelfahrt)*

---

Wann?	Was?	Wo?
10.00 – 10.45 Uhr	<b>Funktionelles Zirkeltraining</b>  <i>Ein Ganzkörpertraining, das den Anforderungen des Alltags oder Sportspezifischen Bewegungen entspricht</i>	<b>Kursraum des See Park SPA-Clubs</b>
11.30 – 12.00 Uhr	<b>Aquafitness</b>  <i>Effektives und gelenkschonendes Training im Wasser zur Verbesserung der Ausdauer und Kräftigung der Muskulatur</i>	<b>Panorama - Pool im Erdgeschoss des See Park SPA</b>

\*Alle regulären Kurse entfallen an diesem Tag!

### **Bitte beachten:**

Für die Teilnahme an einem **Aquafitness** Kurs ist eine vorherige **Anmeldung erforderlich!**

Die Anmeldung erfolgt vor Ort über den SPA-Club oder schreiben Sie uns unter [SPA-Club@Seepark.de](mailto:SPA-Club@Seepark.de)

