Aqua Gym

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:00			Bahnenschwimmen	Quartalskurs	Bahnenschwimmen		
08:00				Aqua Orthopädie			
09:00	Aqua Pilates & Relax (9:00-9:45h)		Aqua Fitness mit Tools (9:00-9:45h)	Aqua Orthopädie	Aqua Fitness (9:00-9:45h)	Quartalskurse	Quartalskurse
	Aqua Reaktiv (9:45-10:30h)						
10:00	Aqua Fitness (10:30-11:15h)		Aqua Pilates & Relax (9:45-10:30h)	Aqua Reaktiv (10:00-10:45h)	Aqua Orthopädie		
11:00	Aqua Fitness (11:15-12:00h)		Aqua Fitness für Schwangere (10:30-11:15h)	Aqua Dance (10:45-11:30h)	Aqua Orthopädie		
12:00	Bahnenschwimmen (12:00-14:45h)		Aqua Orthopädie	Bahnenschwimmen (11:30-14:45h)	Aqua Reaktiv (12:00-12:45h)		
13:00			Bahnenschwimmen (12:30-14:45h)		Aqua Curvy Fitness (12:45-13:30h)		
14:00		Quartalskurse (14:00-20:45h)			Aqua Orthopädie		
15:00	Quartalskurse (14:45-18:30h)		Quartalskurse (14:45-19:15h)	Quartalskurse (14:45-18:30h)	Quartalskurse (14:45-18:00h)		
16:00							
17:00							
18:00	Aqua Fitness für Schwangere (18:30-19:15h)				Aqua Friday Night (18:00-18:45h)	Bahnenschwimmen	Bahnenschwimmen
19:00	Aqua Fitness (19:15-20:00h)		Bahnenschwimmen (19:30-22:00h)		Aqua Zumba Step (18:45-19:30h)		
20:00	Bahnenschwimmen				Bahnenschwimmen (19:30-22:00h)		
21:00		Bahnenschwimmen					
22:00							

Schwimmkurse (Quartalskurse) - nur mit Voranmeldung - kein Bahnenschwimmen währenddessen

Aqua Kurse - für alle ASF Mitglieder kostenlos - kein Bahnenschwimmen währenddessen

Bahnenschwimmen - für alle ASF Mitglieder kostenlos - hier werden nur Bahnen geschwommen

Aqua Rehasport - nur mit Voranmeldung - kein Bahnenschwimmen währenddessen