**Aquafitness**

Onze lessen aquafitness bieden een verfrissende draai aan traditionele oefenroutines. Door oefeningen uit te voeren in het water profiteren deelnemers van verminderde impact op gewrichten, verhoogde weerstand en meer spieropbouw. Trek dat badpak aan en spring in het water!

Bij voldoende interesse organiseren we een extra lessenreeks aquagym vanaf januari op donderdagavond van 20u30 tot 21u30.

***Maandag 19u30 tot 20u30 in zwembad Kempenrust***

***Maandag 20u30 tot 21u30 in zwembad Kempenrust***

***Donderdag 19u30 tot 20u30 in zwembad Kempenrust***

***Donderdag 20u30 tot 21u30 in zwembad Kempenrust(bij voldoende interesse)***

***De lessenreeksen starten de week van 6 januari***

***Prijs aquafitness 12 x € 7 = € 84 zowel op maandag als donderdag (eerste trimester 2025)***