

Große Schwimmschule

Aqua-Kurse

Erwachsenen-Kurse	Immer	Uhrzeit
Aquafitness*	Donnerstag	19:45-20:30 Uhr
Aquajogging*	Mittwoch	10:00-10:45 Uhr
	Donnerstag	18:45-19:30 Uhr

* Mindestens 8 Teilnehmer.

**Kurskarte „Aqua“ - 10 Einheiten
(Entwertung pro Kurseinheit!): 125,00 €**

**Unser Geschenk für Sie:
Bei jeder Kurseinheit plus 2 Stunden Schwimmen!**

**Probestunde (pro Kurs): 12,50 €
Parken: 0,50 €**

Erwachsenen-Kurse	Immer	Uhrzeit
Mollig & Fit*	Montag	14:15-15:00 Uhr
	Freitag	07:30-08:15 Uhr

* Bei diesen Kursen steht Ihnen unser Kurbad exklusiv zur Verfügung! Mindestens 8 Teilnehmer.

**Kurskarte „Mollig & Fit“ - 10 Einheiten
(Entwertung pro Kurseinheit!): 125,00 €**

**Unser Geschenk für Sie:
5x 2 Stunden Schwimmen während der
regulären Öffnungszeit!**

**Probestunde (pro Kurs): 12,50 €
Parken: 0,50 €**

Kurskarte „Aqua“ – 10 Einheiten (ab Kaufdatum 3 Monate gültig)

Aquafitness

Im „Aquafitness“-Kurs erlernen Sie optimale Kraft-, Beweglichkeits- und Koordinationsübungen im Wasser. Sie arbeiten gegen Wasserwiderstände, mit und ohne Hilfsmittel wie die Aquanudel.

Der ganze Körper wird trainiert. Wasserauftrieb und Wasserwiderstand fördern die Gelenkentlastung, Muskelkraft, Ausdauer und das Herz-Kreislaufsystem.

Aquajogging

Beim „Aquajogging“ laufen Sie im tiefen Wasser mit Hilfe eines Auftriebsgürtels.

Dieses Training ist sehr gut für Personen mit Gelenk- oder Rückenproblemen, aber auch bei Übergewicht geeignet. Durch die Bewegung im Wasser werden die Gelenke geschont und das Herz-Kreislaufsystem gefördert.

Für 125 Euro können Sie 10 Einheiten lang in den Aquakursen trainieren. Nach der Kurseinheit von 45 Minuten haben Sie noch 2 Stunden die Möglichkeit zum Schwimmen.

Kurskarte „Mollig & Fit“ – 10 Einheiten (ab Kaufdatum 3 Monate gültig)

Mollig & Fit – Aquafitness

Es ist wichtig, Sport zu treiben – um sich gesund und fit zu halten, Übergewicht zu verlieren oder das Allgemeinbefinden zu fördern. Vor allem, wenn man ein, zwei Pfunde zuviel mit sich herumträgt, ist aber nicht jede Sportart geeignet.

Sich im Wasser zu bewegen ist viel einfacher und schonend für die Gelenke: Im Wasser fühlt man sich fast schwerelos! Bewegung fällt plötzlich ganz leicht.

Die „Mollig & Fit – Aquafitness“ - Kurse finden statt, wenn unser Bad für das übrige Publikum noch geschlossen ist: Es steht Ihnen in dieser Zeit exklusiv zur Verfügung!

Für 125 Euro können Sie 10 Einheiten lang exklusiv im Kurbad – ohne Zuschauer – 45 Minuten trainieren. Außerdem enthält diese Karte 5 Einheiten Kurzschwimmen (à 2 Stunden), die sie während der regulären Öffnungszeiten abschwimmen können.

Probestunde

Sie möchten unser Kursangebot unverbindlich kennenlernen? Dann ist unser **Probestunden-Angebot** das Richtige für Sie.

Für nur **12,50 Euro** können Sie jeden Kurs testen.

Parken

Dazu empfehlen wir Ihnen die 11er-Parkkarte für 5 Euro – Sie bezahlen nur 10 Mal Parken, das 11. Mal schenken wir Ihnen.

Sauna zum Aquatraining

Bei den 10er Karten können Sie, zum Aufpreis von 7 Euro, am Tag des Aquatrainings in unserem Saunabereich entspannen.

Privat-Unterricht Schwimmen für Erwachsene

Möchten Sie Ihren Schwimmstil verbessern? Wollten Sie schon immer mal richtig Rückenschwimmen oder Kraulen üben? Sie werden von einem qualifizierten Schwimmtrainer betreut und die Kursinhalte werden auf Ihre Anforderung individuell angepasst. Sprachangebot: deutsch und englisch.

Wir haben tolle Angebote – fragen Sie uns!

Schwimmschule für Kinder

Vom Babytreff bis zum Fortgeschrittenen-Kurs bieten wir für die Kinder die unterschiedlichsten Programme an. Mehr Informationen finden Sie auf www.kurbad-koenigstein.de.

Wir sind für Sie da:

Di. 09.00-15.00 Uhr & Do. 12.00-17.00 Uhr
Telefon (0 61 74) 92 65-23
schwimmschule@kurbad-koenigstein.de

Öffnungszeiten

Badezeit*:

Montag 16.00 – 22.00 Uhr
Dienstag - Sonntag & Feiertag 09.00 – 22.00 Uhr

Gemeinschaftssauna

Montag 16.00 – 21.30 Uhr
Dienstag - Sonntag & Feiertag 10.00 – 21.30 Uhr

Einzelsauna Herren

Dienstag 10.00 – 21.30 Uhr
Freitag 10.00 – 17.00 Uhr

Einzelsauna Damen

Mittwoch 10.00 – 21.30 Uhr
Donnerstag 10.00 – 21.30 Uhr

***Kassenschluss und letzter Einlass 21.00 Uhr.**
Danke, dass Sie das Haus pünktlich verlassen!

Restaurant im Kurbad

Montag Ruhetag
Dienstag – Samstag 10.00 – 22.00 Uhr
Sonntag 10.00 – 20.00 Uhr

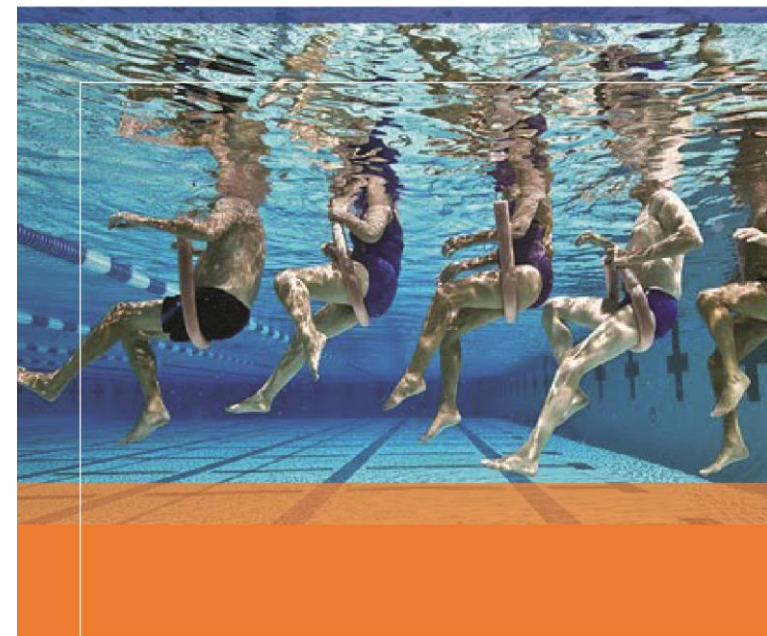
Solariencenter

Montag 16.00 – 21.30 Uhr
Dienstag - Sonntag & Feiertag 09.00 – 21.30 Uhr

Königsteiner Kur GmbH

Schwimmschule Kurbad Königstein
Le Cannet-Rocheville-Straße 1
61462 Königstein im Taunus
Telefon (0 61 74) 92 65-23
Telefax (0 61 74) 2 36 48
www.kurbad-koenigstein.de
schwimmschule@kurbad-koenigstein.de

Stand: 6/2015 - (Änderungen vorbehalten)



Kurbad Königstein
Große Schwimmschule
Aquakurse