

Offenes Angebot am Freitag

Bewegungstherapie im Gütersloher Hallenbad

in Kooperation mit den Bäderbetrieben Gütersloh

Jeden Freitag ab 13.00 Uhr (ausgenommen Schulferien)
Wassergymnastik von 13.15–13.45 Uhr (weiterer Aufenthalt möglich)

Jedermann wird es bestätigen: Es macht immer wieder Spaß, sich im Wasser zu bewegen und zu vergnügen. Der Kneipp-Verein Gütersloh bietet in Kooperation mit den Gütersloher Bäderbetrieben seinen Mitgliedern und Gästen die Möglichkeit dazu im gut temperierten Wasser des Gütersloher Hallenbades, verbunden mit einer kostenlosen Wassergymnastik.

Die Gymnastik im Wasser hat einen außergewöhnlich hohen Wert. Die Pluspunkte liegen besonders in der Entspannung verkraempfter Muskeln, Kräftigung von Ge-

lenken und Muskeln und Stärkung von Herz und Kreislauf. Somit wird eine Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und des Wohlbefindens erreicht.

Leitung: Martina Jung

Beginn: 12. Januar – 13. Juli
(ausgenommen Schulferien)

Preis: 4,- € / Tag, ermäßigt 2,50 € / Tag

Die Eintrittspreise werden direkt im Hallenbad gezahlt, die Wassergymnastik ist kostenlos.



WELLE



NORDBAD

Ein Angebot der Stadtwerke Gütersloh