

Schwimmen / Sauna Niveau Montag Dienstag Mittwoch Donnerstag Freitag Samstag Sonntag

Aqua

Aqua Brasil	Anfänger-Fortgeschrittene			17:00 - 18:00	F	Birgit H.				18:00 - 19:00	F	Biljana H.					
Aqua Jogging mit Intervall	Anfänger-Fortgeschrittene									19:00 - 20:00	F	Biljana H.					
Aqua Power-Jogging	Fortgeschrittene												14:00 - 15:00	F	Johann H.		
Aqua Relax	Anfänger-Fortgeschrittene									09:00 - 10:00	F	Diana H.					
Aqua Workout	Anfänger-Fortgeschrittene						17:00 - 18:00	F	Birgit H.								
Aqua-Fitness	Einsteiger-Mittelstufe			19:15 - 20:00	P	Heidi M.							16:00 - 17:00	UG	Diana H.		
Aqua-Jogging	Einsteiger-Mittelstufe	18:00 - 19:00	F	Biljana H.	16:00 - 17:00	F	Birgit H.	17:00 - 18:00	F	Diana H.	16:00 - 17:00	F	Birgit H.	08:00 - 09:00	F	Diana H.	
Aqua-Jogging	Einsteiger-Mittelstufe				17:00 - 17:45	P	Iris F.										
Aqua-Jogging	Einsteiger-Mittelstufe				17:45 - 18:30	P	Iris F.										
Aqua-Jogging	Einsteiger-Mittelstufe				18:30 - 19:15	P	Heidi M.										
Aquarobic	Einsteiger-Mittelstufe	19:00 - 20:00	F	Biljana H.									13:00 - 14:00	F	Johann H.		
Erwachsenen Schwimmen	Sonderbeitrag												18:00 - 19:00	F	Andrey L.		
Erwachsenen Schwimmen	Sonderbeitrag												19:00 - 20:00	F	Andrey L.		
Nachtschwimmen ASF	gemischt														19:00 - 21:00	F	
Sauna	gemischt	10:00 - 22:00	F	o.N.	10:00 - 22:00	P	o.N.	14:00 - 22:00	F	o.N.	14:00 - 22:00	F	o.N.	10:00 - 22:00	F	o.N.	
Sauna(Frauen)	Frauen				14:00 - 22:00	F	o.N.								08:00 - 11:00	F	o.N.
Schwimmen	nur für Schwimmer	10:00 - 22:00	F	o.N.	07:00 - 22:00	P	o.N.	14:00 - 22:00	F	o.N.	14:00 - 22:00	F	o.N.	07:00 - 22:00	F	o.N.	
Schwimmen	nur für Schwimmer				14:00 - 22:00	F	o.N.										
Schwimmtechnik Erwachsene	Anfänger-Fortgeschrittene				20:00 - 22:00	P	Felix M.	21:00 - 22:00	F	Andrey L.							
Triathlon Technik Schwimmtraining	Sonderbeitrag				07:00 - 08:00	P	Moritz M.										
Wassergymnastik	Einsteiger-Mittelstufe				07:00 - 08:00	P	Johann H.	16:00 - 17:00	F	Diana H.	15:00 - 16:00	F	Birgit H.	07:00 - 08:00	F	Diana H.	
Wassergymnastik	Einsteiger-Mittelstufe				08:00 - 09:00	P	Johann H.										
Wassergymnastik	Einsteiger-Mittelstufe				09:00 - 10:00	P	Johann H.										
Wassergymnastik	Einsteiger-Mittelstufe				10:00 - 11:00	P	Julius W.										
Wassergymnastik	Einsteiger-Mittelstufe				11:00 - 12:00	P	Julius W.										

Quartalskurse Aqua

Kraulkompaktkurs Erw. (Anfänger)	Sonderbeitrag						20:00 - 21:00	F	Andrey L.	18:00 - 19:00	F	Felix M.		15:00 - 16:00	UG	Diana H.	
Kraulkompaktkurs Erw. (Fortgeschritten)	Sonderbeitrag									19:00 - 20:00	F	Felix M.					
Kraulkompaktkurs Erw. (Fortgeschritten)	Sonderbeitrag									19:00 - 20:00	F	Ivica K.					
Kraulkompaktkurs Erw. (Fortgeschritten)	Sonderbeitrag									20:00 - 22:00	F	Ivica K.					
Kraulkompaktkurs Erw. (Fortgeschritten)	Sonderbeitrag									20:00 - 21:00	F	Felix M.					
Schwimmen Anfänger (Frauen)	Sonderbeitrag														10:00 - 11:00	F	o.N.
Schwimmenlernen für Frauen	Sonderbeitrag														09:00 - 10:00	F	o.N.

Gym F

Garten

ASF Information

Vorraussetzung: Seepferdchen
 Letzter Einlass für Schwimmbad und Sauna: Eine Stunde vor Schliessung!
 Verlassen von Schwimmbad und Sauna spätestens 20 Minuten vor Schliessung!
 Ende der Frauen-bade- und Saunazeit Sonntag um 10:40 Uhr