

## Aquafitness

das schonende Ganzkörpertraining für Kraft,  
Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit!

Die Kurse finden sowohl im Flach- als auch im Tiefwasser  
in der Schwimmhalle Krauer in Kriens statt.



Der Kurseinstieg ist jederzeit möglich.

---

### Kurszeiten:

Montag	07.15 – 08.00 Uhr
Dienstag	07.15 – 08.00 Uhr
Mittwoch	07.15 – 08.00 Uhr
Mittwoch	19.15 – 19.55 Uhr
Mittwoch	20.00 – 20.40 Uhr
Donnerstag	07.15 – 08.00 Uhr
Freitag	07.15 – 08.00 Uhr

Die blau markierten Kurse sind Krankenkassen  
anerkannt.

### Anmeldung und Information:

Swim Team Lucerne  
Aquafitness Kriens

Erreichbar dienstags/donnerstags  
von 09.00 bis 11.00 Uhr  
unter 077 501 39 02  
oder per E-Mail: [info@sv-kriens.ch](mailto:info@sv-kriens.ch)

---