



LAND
TRIFFT
WASSER!

Kursangebote 2018



Bäderbetriebsgesellschaft
Oldenburg mbH (BBGO)
Am Schloßgarten 15
26122 Oldenburg
Telefon 0441 361316-0
Telefax 0441 361316-49
E-Mail: info@olantis-bad.de

www.olantis.com

Gesundheitskurse

K Rücken-Fit-Plus

Mittwochs 18.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72€
17.01.2018 - 07.03.2018
14.03.2018 - 02.05.2018
09.05.2018 - 27.06.2018
04.07.2018 - 22.08.2018
29.08.2018 - 24.10.2018
31.10.2018 - 19.12.2018

K Rückenfit 50+

Freitags 11.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72€
12.01.2018 bis 02.03.2018
09.03.2018 bis 04.05.2018
18.05.2018 bis 06.07.2018
13.07.2018 bis 31.08.2018
07.09.2018 bis 26.10.2018
02.11.2018 bis 21.12.2018

K Yoga

Dienstags 19:30 Uhr 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 79,00 €
30.01.2018 - 20.03.2018
27.03.2018 - 22.05.2018
29.05.2018 - 17.07.2018
24.07.2018 - 11.09.2018
18.09.2018 - 06.11.2018

K Yoga

Mittwochs 08.20 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 79,00 €
17.01.2018 - 07.03.2018
14.03.2018 - 02.05.2018
09.05.2018 - 27.06.2018
04.07.2018 - 22.08.2018
29.08.2018 - 24.10.2018
31.10.2018 - 19.12.2018

Alle Kurse können Sie bequem zuhause buchen und bezahlen.

Bäderbetriebsgesellschaft
Oldenburg mbH (BBGO)
Am Schloßgarten 15
26122 Oldenburg

www.olantis.com

Bildquellen: Focus Pocus LTD - fotolia.de;
www.jumping.fitness

Hier gleich online buchen:



22.05.2018 - 10.07.2018
17.07.2018 - 04.09.2018
11.09.2018 - 30.10.2018
06.11.2018 - 08.01.2019

K Yoga-Pilates

Freitag 17.30 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72 €
12.01.2018 - 02.03.2018
09.03.2018 - 04.05.2018
11.05.2018 - 29.06.2018
06.07.2018 - 24.08.2018
31.08.2018 - 19.10.2018
26.10.2018 - 14.12.2018

K Tabata

Donnerstag 18.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72 €
11.01.2018 - 01.03.2018
08.03.2018 - 26.04.2018
03.05.2018 - 28.06.2018
05.07.2018 - 23.08.2018
30.08.2018 - 18.10.2018
25.10.2018 - 13.12.2018

K Fitness an Schlingen (FAS)

Donnerstag 19.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72 €
11.01.2018 - 01.03.2018
08.03.2018 - 26.04.2018
03.05.2018 - 28.06.2018
05.07.2018 - 23.08.2018
30.08.2018 - 18.10.2018
25.10.2018 - 13.12.2018

K Hart aber Herzlich

Dienstag 18.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72 €
23.01.2018 - 13.03.2018
20.03.2018 - 15.05.2018
22.05.2018 - 10.07.2018
17.07.2018 - 04.09.2018
11.09.2018 - 30.10.2018
06.11.2018 - 08.01.2019

K Bauchkiller

Montag 18.15 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 135 min., 8 Einheiten 72 €
05.02.2018 - 26.03.2018
09.04.2018 - 04.06.2018
11.06.2018 - 30.07.2018
06.08.2018 - 24.09.2018
01.10.2018 - 19.11.2018

31.08.2018 - 19.10.2018
26.10.2018 - 14.12.2018

K Jumping Fitness

Freitag 15.30 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 75 €
12.01.2018 - 02.03.2018
09.03.2018 - 04.05.2018
11.05.2018 - 29.06.2018
06.07.2018 - 24.08.2018
31.08.2018 - 19.10.2018
26.10.2018 - 14.12.2018

K Jumping Fitness

Freitag 16.30 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 75 €
12.01.2018 - 02.03.2018
09.03.2018 - 04.05.2018
11.05.2018 - 29.06.2018
06.07.2018 - 24.08.2018
31.08.2018 - 19.10.2018
26.10.2018 - 14.12.2018

K Indoor-Cycling

Donnerstag 18.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 165 min., 10 Einheiten 72 €
11.01.2018 - 15.03.2018
22.03.2018 - 31.05.2018
07.06.2018 - 09.08.2018
16.08.2018 - 18.10.2018

K Zumba

Mittwoch 20.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72 €
17.01.2018 - 07.03.2018
14.03.2018 - 02.05.2018
09.05.2018 - 27.06.2018
04.07.2018 - 22.08.2018
29.08.2018 - 24.10.2018
31.10.2018 - 19.12.2018

K Pilates am Mittwoch

Mittwoch 19.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72 €
10.01.2018 - 28.02.2018
07.03.2018 - 25.04.2018
02.05.2018 - 20.06.2018
27.06.2018 - 15.08.2018
22.08.2018 - 17.10.2018
24.10.2018 - 12.12.2018

K Yoga-Pilates

Dienstag 19.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 72 €
23.01.2018 - 13.03.2018
20.03.2018 - 15.05.2018

Fitnesskurse

K Pilates am Morgen

Mittwoch 09.30 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 62 €
17.01.2018 bis 07.03.2018
14.03.2018 bis 02.05.2018
09.05.2018 bis 27.06.2018
04.07.2018 bis 22.08.2018
29.08.2018 bis 24.10.2018
31.10.2018 bis 19.12.2018

K Jumping Fitness

Montag 20.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 75€
05.02.2018 - 26.03.2018
09.04.2018 - 04.06.2018
11.06.2018 - 30.07.2018
06.08.2018 - 24.09.2018
01.10.2018 - 19.11.2018

K Jumping Fitness

Dienstag 20.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 75 €
23.01.2018 - 13.03.2018
20.03.2018 - 15.05.2018
22.05.2018 - 10.07.2018
17.07.2018 - 04.09.2018
11.09.2018 - 30.10.2018
06.11.2018 - 08.01.2019

K Jumping Fitness

Mittwoch 18.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 75 €
17.01.2018 - 07.03.2018
14.03.2018 - 02.05.2018
09.05.2018 - 27.06.2018
04.07.2018 - 22.08.2018
29.08.2018 - 24.10.2018
31.10.2018 - 19.12.2018

K Jumping Fitness

Donnerstag 20.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 75 €
11.01.2018 - 01.03.2018
08.03.2018 - 26.04.2018
03.05.2018 - 28.06.2018
05.07.2018 - 23.08.2018
30.08.2018 - 18.10.2018
25.10.2018 - 13.12.2018

K Jumping Fitness

Freitag 09.00 Uhr, 60 min., Gesamtzeit 150 min., 8 Einheiten 62 €
12.01.2018 - 02.03.2018
09.03.2018 - 04.05.2018
11.05.2018 - 29.06.2018
06.07.2018 - 24.08.2018

17.04.2018 bis 26.06.2018
03.07.2018 bis 04.09.2018
11.09.2018 bis 13.11.2018
20.11.2018 bis 05.02.2019

K Aqua - Fitness nach der Schwangerschaft

Dienstag 20.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 120 min., 10 Einheiten 79 €
06.02.2018 bis 10.04.2018
17.04.2018 bis 26.06.2018
03.07.2018 bis 04.09.2018
11.09.2018 bis 13.11.2018
20.11.2018 bis 05.02.2019

K Aqua - Biking

Mittwoch 19.30 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 90 €
31.01.2018 bis 04.04.2018
11.04.2018 bis 13.06.2018
20.06.2018 bis 22.08.2018
29.08.2018 bis 07.11.2018
14.11.2018 bis 30.01.2019

K Aqua - Biking

Mittwoch 20.30 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 90 €
31.01.2018 bis 04.04.2018
11.04.2018 bis 13.06.2018
20.06.2018 bis 22.08.2018
29.08.2018 bis 07.11.2018
14.11.2018 bis 30.01.2019

K Aqua - Fitness (Prävention)

Montag 19.00 Uhr und 19:45 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 150 min., 10 Einheiten 75 €
12.02.2018 bis 23.04.2018
30.04.2018 bis 09.07.2018
16.07.2018 bis 17.09.2018
24.09.2018 bis 26.11.2018

K Aqua - Fitness (Prävention)

Mittwoch 17.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 150 min., 10 Einheiten 75 €
31.01.2018 bis 04.04.2018
11.04.2018 bis 13.06.2018
20.06.2018 bis 22.08.2018
09.08.2018 bis 07.11.2018
14.11.2018 bis 30.01.2019



Die mit dem grünen **K** gekennzeichneten Kurse sind von den Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt. Sprechen Sie Ihre Krankenkasse an!

Aqua - Power
Mittwoch 20.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €
31.01.2018 bis 04.04.2018
11.04.2018 bis 13.06.2018
20.06.2018 bis 22.08.2018
29.08.2018 bis 07.11.2018
14.11.2018 bis 30.01.2019

Aqua - Power

Mittwoch 21.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €
31.01.2018 bis 04.04.2018
11.04.2018 bis 13.06.2018
20.06.2018 bis 22.08.2018
29.08.2018 bis 07.11.2018
14.11.2018 bis 30.01.2019

Aqua - Jogging

Montag 19.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €
12.02.2018 bis 23.04.2018
30.04.2018 bis 09.07.2018
16.07.2018 bis 17.09.2018
24.09.2018 bis 26.11.2018

Aqua - Jogging

Mittwoch 19.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €
31.01.2018 bis 04.04.2018
11.04.2018 bis 13.06.2018
20.06.2018 bis 22.08.2018
29.08.2018 bis 07.11.2018
14.11.2018 bis 30.01.2019

K Molly Power

Dienstag 20.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €
06.02.2018 bis 10.04.2018
17.04.2018 bis 26.06.2018
03.07.2018 bis 04.09.2018
11.09.2018 bis 13.11.2018
20.11.2018 bis 05.02.2019

Molly Power

Dienstag 21.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €
06.02.2018 bis 10.04.2018

Wassergymnastik 50+ im Olanthis:
7,00 € einmalig, Gesamtaufenthalt 90 min., 10er-Karte 55,00 €
Montag, Dienstag, Donnerstag: 08.30Uhr
K Mittwoch: 09.30Uhr, 10.30Uhr, 11.30Uhr
K Freitag: 08.30Uhr, 09:30Uhr
Aquafitness am Vormittag für Fortgeschrittene im Olanthis:
7,00 € einmalig, Gesamtaufenthalt 90 min., 10er-Karte 55,00 €
Montag, Dienstag, Donnerstag: 09.30Uhr
Donnerstag: 10.30 Uhr

OFFENE KURSE

Schwimmkurse

im OLantis

Seestern Kurs (Wassergewöhnungskurs)

Für Kinder ab 3,5 Jahre

Montag 16.45 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

08.01.2018 bis 12.03.2018

19.03.2018 bis 04.06.2018

11.06.2018 bis 13.08.2018

20.08.2018 bis 22.10.2018

29.10.2018 bis 14.01.2019

Seestern Kurs (Wassergewöhnungskurs)

Für Kinder ab 3,5 Jahre

Montag 17.15 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

08.01.2018 bis 12.03.2018

19.03.2018 bis 04.06.2018

11.06.2018 bis 13.08.2018

20.08.2018 bis 22.10.2018

29.10.2018 bis 14.01.2019

Frosch Kurs (Wassergewöhnungskurs Teil 2)

Für Kinder ab 4 Jahre

Dienstag 16.15 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

06.02.2018 bis 10.04.2018

17.04.2018 bis 26.06.2018

03.07.2018 bis 04.09.2018

11.09.2018 bis 13.11.2018

20.11.2018 bis 05.02.2019

Frosch Kurs (Wassergewöhnungskurs Teil 2)

Für Kinder ab 4 Jahre

Freitag 16.00 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

16.02.2018 bis 27.04.2018

04.05.2018 bis 06.07.2018

13.07.2018 bis 14.09.2018

21.09.2018 bis 23.11.2018

Seepferdchen Kurs

Montag und Dienstag 15.30 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 12 Einheiten 75 €

08.01.2018 bis 13.02.2018

19.02.2018 bis 27.03.2018

09.04.2018 bis 22.05.2018

28.05.2018 bis 03.07.2018

09.07.2018 bis 14.08.2018

20.08.2018 bis 25.09.2018

01.10.2018 bis 06.11.2018

12.11.2018 bis 18.12.2018

Seepferdchen Kurs

Donnerstag und Freitag 15.15 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 12 Einheiten 75 €

11.01.2018 bis 16.02.2018

22.02.2018 bis 05.04.2018

12.04.2018 bis 24.05.2018

31.05.2018 bis 06.07.2018

12.07.2018 bis 17.08.2018

23.08.2018 bis 28.09.2018

04.10.2018 bis 09.11.2018

15.11.2018 bis 21.12.2018

Seepferdchen Kurs

Donnerstag und Freitag 16.45 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 12 Einheiten 75 €

11.01.2018 bis 16.02.2018

22.02.2018 bis 05.04.2018

12.04.2018 bis 24.05.2018

31.05.2018 bis 06.07.2018

12.07.2018 bis 17.08.2018

23.08.2018 bis 28.09.2018

04.10.2018 bis 09.11.2018

15.11.2018 bis 21.12.2018

Antons Schwimmkurs

(für frische Seepferdchen-Besitzer)

Montag 14.00 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 12 Einheiten 75 €

29.01.2018 bis 23.04.2018

30.04.2018 bis 23.07.2018

30.07.2018 bis 15.10.2018

22.10.2018 bis 22.01.2019

Antons Schwimmkurs

(für frische Seepferdchen-Besitzer)

Mittwoch 14.00 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 12 Einheiten 75 €

17.01.2018 bis 04.04.2018

11.04.2018 bis 27.06.2018

04.07.2018 bis 19.09.2018

26.09.2018 bis 19.12.2018

Antons Schwimmkurs

(für frische Seepferdchen-Besitzer)

Mittwoch 14.40 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 12 Einheiten 75 €

17.01.2018 bis 04.04.2018

11.04.2018 bis 27.06.2018

04.07.2018 bis 19.09.2018

26.09.2018 bis 19.12.2018

Intensiv Schwimmkurs

Montag, Dienstag, Donnerstag & Freitag (außer Mittwoch)

immer um 14.30 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 12 Einheiten 80 €

08.01.2018 bis 26.01.2018

29.01.2018 bis 16.02.2018

19.02.2018 bis 09.03.2018

12.03.2018 bis 03.04.2018

09.04.2018 bis 27.04.2018

30.04.2018 bis 24.05.2018

28.05.2018 bis 15.06.2018

18.06.2018 bis 06.07.2018

09.07.2018 bis 27.07.2018

30.07.2018 bis 17.08.2018

20.08.2018 bis 07.09.2018

10.09.2018 bis 28.09.2018

01.10.2018 bis 19.10.2018

22.10.2018 bis 09.11.2018

12.11.2018 bis 30.11.2018

03.12.2018 bis 21.12.2018

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

Dienstag 15.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

06.02.2018 bis 10.04.2018

17.04.2018 bis 26.06.2018

03.07.2018 bis 04.09.2018

11.09.2018 bis 13.11.2018

20.11.2018 bis 05.02.2019

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

Donnerstag 15.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

11.01.2018 bis 15.03.2018

22.03.2018 bis 31.05.2018

07.06.2018 bis 09.08.2018

16.08.2018 bis 18.10.2018

25.10.2018 bis 10.01.2019

Babyschwimmen

Im Alter von 4-12 Monate

Mittwoch 09.15 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 79 €

31.01.2018 bis 04.04.2018

11.04.2018 bis 13.06.2018

20.06.2018 bis 22.08.2018

29.08.2018 bis 07.11.2018

14.11.2018 bis 30.01.2019

Babyschwimmen

Im Alter von 4-12 Monate

Mittwoch 15.15 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 79€

10.01.2018 bis 14.03.2018

04.04.2018 bis 06.06.2018

15.08.2018 bis 24.10.2018

31.10.2018 bis 16.01.2019

Babyschwimmen

Im Alter von 4-12 Monate

Freitag 11.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 79€

26.01.2018 bis 06.04.2018

13.04.2018 bis 15.06.2018

22.06.2018 bis 24.08.2018

31.08.2018 bis 02.11.2018

09.11.2018 bis 25.01.2019

Babyschwimmen

Im Alter von 8-18 Monate

Mittwoch 16.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 79 €

10.01.2018 bis 14.03.2018

04.04.2018 bis 06.06.2018

15.08.2018 bis 24.10.2018

31.10.2018 bis 16.01.2019

Geführter Babysaunakurs

Ab 4 Monate (U4) ACHTUNG! Alle 2 Wochen

Samstag 10.00 bis 12.30 Uhr, 90 min, 6 Einheiten 99 €

03.02.2018 bis 21.04.2018

15.09.2018 bis 24.11.2018

Eltern-Kind-Schwimmen ab 2 Jahre

Donnerstag 16.00 Uhr, 30 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

25.01.2018 bis 29.03.2018

05.04.2018 bis 14.06.2018

21.06.2018 bis 23.08.2018

30.08.2018 bis 01.11.2018

08.11.2018 bis 24.01.2019

Stilschwimmkurse Anfänger (für Erwachsene)

Dienstag 20.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

09.01.2018 bis 13.03.2018

20.03.2018 bis 29.05.2018

07.08.2018 bis 09.10.2018

16.10.2018 bis 18.12.2018

Stilschwimmkurse Fortgeschrittene (für Erwachsene)

Donnerstag 20.00 Uhr, 45 min., Gesamtzeit 90 min., 10 Einheiten 75 €

11.01.2018 bis 15.03.2018

22.03.2018 bis 31.05.2018

09.08.2018 bis 11.10.2018

18.10.2018 bis 20.12.2018



Die mit dem grünen **K** gekennzeichneten Kurse sind von den Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt. Sprechen Sie Ihre Krankenkasse an!

Hallenbad Kreyenbrück

Anfängerschwimmkurs

Dienstag 16.15 Uhr und Donnerstag 15.45 Uhr, 2 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

09.01.2018 bis 15.02.2018

20.02.2018 bis 29.03.2018

11.09.2018 bis 18.10.2018

23.10.2018 bis 29.11.2018

Anfängerschwimmkurs

Samstag 10.30 Uhr, 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

06.01.2018 bis 24.03.2018

15.09.2018 bis 01.12.2018

Anfängerschwimmkurs

Samstag 11.15 Uhr 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

06.01.2018 bis 24.03.2018

15.09.2018 bis 01.12.2018

Anfängerschwimmkurs

Sonntag 10.30 Uhr 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

07.01.2018 bis 25.03.2018

16.09.2018 bis 02.12.2018

Anfängerschwimmkurs

Sonntag 11.30 Uhr 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

07.01.2018 bis 25.03.2018

16.09.2018 bis 02.12.2018

Fortführende und Fortgeschrittenen Schwimmkurse

Donnerstag 15.00 Uhr 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

11.01.2018 bis 29.03.2018

13.09.2018 bis 29.11.2018

Fortführende und Fortgeschrittenen Schwimmkurse

Donnerstag 16.30 Uhr 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

11.01.2018 bis 29.03.2018

13.09.2018 bis 29.11.2018

Fortführende und Fortgeschrittenen Schwimmkurse

Donnerstag 16.30 Uhr 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

11.01.2018 bis 29.03.2018

13.09.2018 bis 29.11.2018

Fortführende und Fortgeschrittenen Schwimmkurse

Sonntag 12.30 Uhr 1 x wöchentlich, 45 Min., 12 Einheiten 75 €

07.01.2018 bis 25.03.2018

16.09.2018 bis 02.12.2018

Aqua - Fit

Donnerstag 17.30 Uhr, 45 Min., 10 Einheiten 75 €

15.02.2018 bis 19.04.2018

13.09.2018 bis 15.11.2018

22.11.2018 bis 07.02.2019

Aqua - Jogging

Donnerstag 18.15 Uhr, 45 Min., 10 Einheiten 75 €

15.02.2018 bis 19.04.2018

13.09.2018 bis 15.11.2018

22.11.2018 bis 07.02.2019

Aqua - Power

Donnerstag 19.00 Uhr, 45 Min., 10 Einheiten 75 €

15.02.2018 bis 19.04.2018

13.09.2018 bis 15.11.2018

22.11.2018 bis 07.02.2019

Ferienschwimmkurse

Schwimmkurs für Fortgeschrittene im Hallenbad Kreyenbrück

(Voraussetzung ist das Seepferdchen)

Am Vormittag, 45 min.

19.03.2018 bis 03.04.2018