



olantis

HUNTEBAD

KURSANGEBOTE
2022

Bäderbetriebsgesellschaft
Oldenburg mbH (BBGO)
Am Schloßgarten 15
26122 Oldenburg
Telefon 0441 361316-16 / -17
Telefax 0441 361316-49
E-Mail sportwelt@baeder-oldenburg.de

Weitere Infos unter
www.olantis.com,
Facebook und Instagram



Hier gleich
online deinen
Kurs buchen:



Schwimmkurse 2022

Seestern Kurs (Wassergewöhnungskurs)

Für Kinder ab 3,5 Jahren.

Montag 16:45 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

24.01.2022 – 28.03.2022

04.04.2022 – 20.06.2022 (18.04.2022 und 06.06.2022 entfällt)

27.06.2022 – 29.08.2022

05.09.2022 – 21.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

28.11.2022 – 13.02.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

Seestern Kurs (Wassergewöhnungskurs)

Für Kinder ab 3,5 Jahren.

Montag 17:15 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

24.01.2022 – 28.03.2022

04.04.2022 – 20.06.2022 (18.04.2022 und 06.06.2022 entfällt)

27.06.2022 – 29.08.2022

05.09.2022 – 21.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

28.11.2022 – 13.02.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

Frosch Kurs ***NEU*** (Wassergewöhnungskurs Teil 2)

Für Kinder ab 4 Jahren.

Montag 16:15 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

24.01.2022 – 28.03.2022

04.04.2022 – 20.06.2022 (18.04.2022 und 06.06.2022 entfällt)

27.06.2022 – 29.08.2022

05.09.2022 – 21.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

28.11.2022 – 13.02.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

Frosch Kurs (Wassergewöhnungskurs Teil 2)

Für Kinder ab 4 Jahren.

Dienstag 16:15 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

11.01.2022 – 15.03.2022

22.03.2022 – 24.05.2022

31.05.2022 – 02.08.2022

09.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 20.12.2022

Frosch Kurs (Wassergewöhnungskurs Teil 2)

Für Kinder ab 4 Jahren.

Freitag 16:00 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

14.01.2022 – 18.03.2022

25.03.2022 – 03.06.2022 (15.04.2022 entfällt)

10.06.2022 – 12.08.2022

19.08.2022 – 21.10.2022

28.10.2022 – 13.01.2023 (30.12.2022 und 03.01.2023 entfällt)

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

Montag und Dienstag 15:30 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min.,

12 Einheiten 85 €

10.01.2022 – 15.02.2022

21.02.2022 – 29.03.2022

04.04.2022 – 16.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

17.05.2022 – 28.06.2022 (06.06.2022 entfällt)

04.07.2022 – 09.08.2022

15.08.2022 – 20.09.2022

26.09.2022 – 08.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)
14.11.2022 – 20.12.2022

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

*Donnerstag und Freitag 15:15 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min.,
12 Einheiten 85 €*

13.01.2022 – 18.02.2022

24.02.2022 – 01.04.2022

07.04.2022 – 19.05.2022 (15.04.2022 entfällt)

20.05.2022 – 01.07.2022 (26.05.2022 entfällt)

07.07.2022 – 12.08.2022

18.08.2022 – 23.09.2022

29.09.2022 – 04.11.2022

10.11.2022 – 16.12.2022

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

*Donnerstag und Freitag 16:45 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min.,
12 Einheiten 85 €*

13.01.2022 – 18.02.2022

24.02.2022 – 01.04.2022

07.04.2022 – 19.05.2022 (15.04.2022 entfällt)

20.05.2022 – 01.07.2022 (26.05.2022 entfällt)

07.07.2022 – 12.08.2022

18.08.2022 – 23.09.2022

29.09.2022 – 04.11.2022

10.11.2022 – 16.12.2022

Bronze-Jäger (für frische Seepferdchen-Besitzer)

Montag 14:00 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 12 Einheiten 85 €

10.01.2022 – 28.03.2022

04.04.2022 – 04.07.2022 (18.04.2022 und 06.06.2022 entfällt)

11.07.2022 – 26.09.2022

10.10.2022 – 16.01.2023 (31.10.2022, 26.12.2022 und 02.01.2023
entfällt)

Bronze-Jäger (für frische Seepferdchen-Besitzer)

Mittwoch 14:00 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 12 Einheiten 85 €

12.01.2022 – 30.03.2022

06.04.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 14.09.2022

21.09.2022 – 07.12.2022

Bronze-Jäger (für frische Seepferdchen-Besitzer)

Mittwoch 14:40 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 12 Einheiten 85 €

12.01.2022 – 30.03.2022

06.04.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 14.09.2022

21.09.2022 – 07.12.2022

Seepferdchen Kurs - Intensiv (für Kinder ab 5 Jahren)

*Montag, Dienstag, Donnerstag & Freitag immer um 14:30 Uhr, 45
Min., Gesamtzeit 90 Min., 12 Einheiten 85 €*

10.01.2022 – 28.01.2022

31.01.2022 – 18.02.2022

21.02.2022 – 11.03.2022

14.03.2022 – 01.04.2022
04.04.2022 – 26.04.2022 (15.04.2022 und 18.04.2022 entfällt)
28.04.2022 – 17.05.2022
19.05.2022 – 10.06.2022 (26.05.2022 und 06.06.2022 entfällt)
13.06.2022 – 01.07.2022
04.07.2022 – 22.07.2022
25.07.2022 – 12.08.2022
15.08.2022 – 02.09.2022
05.09.2022 – 23.09.2022
26.09.2022 – 17.10.2022 (03.10.2022 entfällt)
18.10.2022 – 08.11.2022 (31.10.2022 entfällt)
10.11.2022 – 29.11.2022
01.12.2022 – 20.12.2022

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

Dienstag 15:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

11.01.2022 – 15.03.2022
22.03.2022 – 24.05.2022
31.05.2022 – 02.08.2022
09.08.2022 – 11.10.2022
18.10.2022 – 20.12.2022

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

Donnerstag 15:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

27.01.2022 – 31.03.2022
07.04.2022 – 16.06.2022 (26.05.2022 entfällt)
23.06.2022 – 25.08.2022
01.09.2022 – 03.11.2022
10.11.2022 – 26.01.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

Babyschwimmen (im Alter von 4-12 Monaten)

Mittwoch 09:15 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 90 €

12.01.2022 – 16.03.2022
23.03.2022 – 25.05.2022
01.06.2022 – 03.08.2022
10.08.2022 – 12.10.2022
19.10.2022 – 21.12.2022

Babyschwimmen (im Alter von 4-12 Monaten)

Mittwoch 15:15 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 90 €

16.02.2022 – 20.04.2022
27.04.2022 – 29.06.2022
06.07.2022 – 07.09.2022
14.09.2022 – 16.11.2022
23.11.2022 – 08.02.2023 (28.12.2022 und 04.01.2023 entfällt)

Babyschwimmen (im Alter von 4-12 Monaten)

Freitag 11:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 90 €

14.01.2022 – 18.03.2022
25.03.2022 – 03.06.2022 (15.04.2022 entfällt)
10.06.2022 – 12.08.2022
19.08.2022 – 21.10.2022
28.10.2022 – 13.01.2023 (30.12.2022 und 03.01.2023 entfällt)

Babyschwimmen für Fortgeschrittene (im Alter von 8-18 Mo.)

Mittwoch 16:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 90 €

16.02.2022 – 20.04.2022

27.04.2022 – 29.06.2022

06.07.2022 – 07.09.2022

14.09.2022 – 16.11.2022

23.11.2022 – 08.02.2023 (28.12.2022 und 04.01.2023 entfällt)

Eltern-Kind-Schwimmen ab 2 Jahren

Donnerstag 16:00 Uhr, 30 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

10.02.2022 – 14.04.2022

21.04.2022 – 30.06.2022 (26.05.2022 entfällt)

07.07.2022 – 08.09.2022

15.09.2022 – 17.11.2022

24.11.2022 – 09.02.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

Stilschwimmkurs Anfänger (für Erwachsene)

Dienstag 20:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

22.02.2022 – 26.04.2022

03.05.2022 – 05.07.2022

12.07.2022 – 13.09.2022

20.09.2022 – 22.11.2022

29.11.2022 – 14.02.2023 (27.12.2022 und 03.01.2023 entfällt)

Stilschwimmkurs Fortgeschrittene (für Erwachsene)

Donnerstag 20:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

13.01.2022 – 17.03.2022

24.03.2022 – 02.06.2022 (26.05.2022 entfällt)

09.06.2022 – 11.08.2022

18.08.2022 – 20.10.2022

27.10.2022 – 12.01.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

Aquakurse 2022

P Aqua Fitness

Montag 19:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

10.01.2022 – 14.03.2022

21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

13.06.2022 – 15.08.2022

22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

P Aqua Fitness

Montag 19:45 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

10.01.2022 – 14.03.2022

21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

13.06.2022 – 15.08.2022

22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)



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

P Aqua Fitness *NEU*

Montag 20:30 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €
10.01.2022 – 14.03.2022
21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)
13.06.2022 – 15.08.2022
22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)
14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

P Aqua Fitness

Mittwoch 17:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €
12.01.2022 – 16.03.2022
23.03.2022 – 25.05.2022
01.06.2022 – 03.08.2022
10.08.2022 – 12.10.2022
19.10.2022 – 21.12.2022

P Aqua Fitness

Donnerstag 20:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €
27.01.2022 – 31.03.2022
07.04.2022 – 16.06.2022 (26.05.2022 entfällt)
23.06.2022 – 25.08.2022
01.09.2022 – 03.11.2022
10.11.2022 – 26.01.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

P Aqua Fitness

Donnerstag 21:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €
27.01.2022 – 31.03.2022
07.04.2022 – 16.06.2022 (26.05.2022 entfällt)
23.06.2022 – 25.08.2022
01.09.2022 – 03.11.2022
10.11.2022 – 26.01.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

Aqua Fitness

Freitag 18:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €
18.02.2022 – 29.04.2022 (15.04.2022 entfällt)
06.05.2022 – 08.07.2022
15.07.2022 – 16.09.2022
23.09.2022 – 25.11.2022
02.12.2022 – 17.02.2023 (30.12.2022 und 06.01.2023 entfällt)

Aqua Power

Montag 18:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €
10.01.2022 – 14.03.2022
21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)
13.06.2022 – 15.08.2022
22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)
14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

Aqua Power

Montag 19:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €
10.01.2022 – 14.03.2022
21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)
13.06.2022 – 15.08.2022
22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)
14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

Aqua Power

Montag 20:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

10.01.2022 – 14.03.2022

21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

13.06.2022 – 15.08.2022

22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

P Aqua Power

Dienstag 18:30 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

11.01.2022 – 15.03.2022

22.03.2022 – 24.05.2022

31.05.2022 – 02.08.2022

09.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 20.12.2022

Aqua Power

Dienstag 19:15 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

11.01.2022 – 15.03.2022

22.03.2022 – 24.05.2022

31.05.2022 – 02.08.2022

09.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 20.12.2022

Aqua Power

Mittwoch 20:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85€

23.02.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 06.07.2022

13.07.2021 – 14.09.2022

21.09.2022 – 23.11.2022

30.11.2022 – 15.02.2023 (28.12.2022 und 04.01.2023 entfällt)

Aqua Power

Mittwoch 21:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

23.02.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 06.07.2022

13.07.2022 – 14.09.2022

21.09.2022 – 23.11.2022

30.11.2022 – 15.02.2023 (28.12.2022 und 04.01.2023 entfällt)

Aqua Jogging

Montag 19:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

10.01.2022 – 14.03.2022

21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

13.06.2022 – 15.08.2022

22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

Aqua Jogging

Mittwoch 19:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

23.02.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 06.07.2022

13.07.2022 – 14.09.2022

21.09.2022 – 23.11.2022

30.11.2022 – 15.02.2023 (28.12.2022 und 04.01.2023 entfällt)

P Molly Power

Dienstag 20:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

11.01.2022 – 15.03.2022

22.03.2022 – 24.05.2022

31.05.2022 – 02.08.2022

09.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 20.12.2022

Molly Power

Dienstag 21:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85€

11.01.2022 – 15.03.2022

22.03.2022 – 24.05.2022

31.05.2022 – 02.08.2022

09.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 20.12.2022

P Aqua Fitness nach der Schwangerschaft

Dienstag 20:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 120 Min., 10 Einheiten 85€

11.01.2022 – 15.03.2022

22.03.2022 – 24.05.2022

31.05.2022 – 02.08.2022

09.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 20.12.2022

Aqua Biking

Mittwoch 19:30 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 95 €

23.02.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 06.07.2022

13.07.2022 – 14.09.2022

21.09.2022 – 23.11.2022

30.11.2022 – 15.02.2023 (28.12.2022 und 04.01.2023 entfällt)

Aqua Biking

Mittwoch 20:30 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 95€

23.02.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 06.07.2022

13.07.2022 – 14.09.2022

21.09.2022 – 23.11.2022

30.11.2022 – 15.02.2023 (28.12.2022 und 04.01.2023 entfällt)

Aqua Pilates

Montag 18:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 90 Min., 10 Einheiten 85 €

10.01.2022 – 14.03.2022

21.03.2022 – 30.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

22.08.2022 – 07.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

14.11.2022 – 30.01.2023 (26.12.2022 und 02.01.2023 entfällt)

OFFENE KURSE

8,00 € einmalig, Gesamtaufenthalt 90 Min., 10er-Karte 65 €

Wassergymnastik 50+ im OLantis:

Montag, Dienstag und Donnerstag 08:30 Uhr

P *Mittwoch 09:30 Uhr, 10:30 Uhr und 11:30 Uhr*

P *Freitag 08:30 Uhr und 09:30 Uhr*

Aqua Fitness am Vormittag für Fortgeschrittene im OLantis:

Dienstag und Donnerstag 09:30 Uhr

*Dienstag und **P** Donnerstag 10:30 Uhr*

Aqua-Tabata im OLantis: *Montag 09:30 Uhr*

Fitnesskurse 2022

Bauchkiller

Montag 18:15 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 135 Min., 8 Einheiten 75 €

24.01.2022 – 14.03.2022

21.03.2022 – 16.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

23.05.2022 – 18.07.2022 (06.06.2022 entfällt)

25.07.2022 – 12.09.2022

19.09.2022 – 21.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

Fitness an Schlingen (FAS)

Donnerstag 19:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

20.01.2022 – 10.03.2022

17.03.2022 – 05.05.2022

12.05.2022 – 07.07.2022 (26.05.2022 entfällt)

14.07.2022 – 01.09.2022

08.09.2022 – 27.10.2022

03.11.2022 – 22.12.2022

Hart aber Herzlich

Dienstag 18:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

11.01.2022 – 01.03.2022

08.03.2022 – 26.04.2022

03.05.2022 – 21.06.2022

28.06.2022 – 16.08.2022

23.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 06.12.2022

Jumping® Fitness

Montag 20:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 80 €

24.01.2022 – 14.03.2022

21.03.2022 – 16.05.2022 (18.04.2022 entfällt)

23.05.2022 – 18.07.2022 (06.06.2022 entfällt)

25.07.2022 – 12.09.2022

19.09.2022 – 21.11.2022 (03.10.2022 und 31.10.2022 entfällt)

Jumping® Fitness

Mittwoch 18:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 80 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022

Jumping® Fitness

Donnerstag 20:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 80 €

20.01.2022 – 10.03.2022

17.03.2022 – 05.05.2022

12.05.2022 – 07.07.2022 (26.05.2022 entfällt)

14.07.2022 – 01.09.2022

08.09.2022 – 27.10.2022

03.11.2022 – 22.12.2022

Jumping® Fitness am Vormittag

Freitag 09:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 65 €

14.01.2022 – 04.03.2022

11.03.2022 – 06.05.2022 (15.04.2022 entfällt)

13.05.2022 – 01.07.2022

08.07.2022 – 26.08.2022

02.09.2022 – 21.10.2022

28.10.2022 – 16.12.2022

P Kettlebell

Mittwoch 19:15 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 80 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022

Latin Dance meet's BBP *NEU*

Freitag 16:30 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

14.01.2022 – 04.03.2022

11.03.2022 – 06.05.2022 (15.04.2022 entfällt)

13.05.2022 – 01.07.2022

08.07.2022 – 26.08.2022

02.09.2022 – 21.10.2022

28.10.2022 – 16.12.2022

Loop Bands *NEU*

Dienstag 20:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

11.01.2022 – 01.03.2022

08.03.2022 – 26.04.2022

03.05.2022 – 21.06.2022

28.06.2022 – 16.08.2022

23.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 06.12.2022

P Pilates am Vormittag

Mittwoch 09:15 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 65 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022

P Pilates am Vormittag *NEU*

Mittwoch 10:15 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 65 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022

Pilates

Mittwoch 19:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022

Yoga-Pilates

Dienstag 19:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

11.01.2022 – 01.03.2022

08.03.2022 – 26.04.2022

03.05.2022 – 21.06.2022

28.06.2022 – 16.08.2022

23.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 06.12.2022

Yoga-Pilates

Freitag 17:30 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

14.01.2022 – 04.03.2022

11.03.2022 – 06.05.2022 (15.04.2022 entfällt)

13.05.2022 – 01.07.2022

08.07.2022 – 26.08.2022

02.09.2022 – 21.10.2022

28.10.2022 – 16.12.2022

Tabata

Donnerstag 18:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

20.01.2022 – 10.03.2022

17.03.2022 – 05.05.2022

12.05.2022 – 07.07.2022 (26.05.2022 entfällt)

14.07.2022 – 01.09.2022

08.09.2022 – 27.10.2022

03.11.2022 – 22.12.2022

Tabata *NEU*

Freitag 15:30 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

14.01.2022 – 04.03.2022

11.03.2022 – 06.05.2022 (15.04.2022 entfällt)

13.05.2022 – 01.07.2022

08.07.2022 – 26.08.2022

02.09.2022 – 21.10.2022

28.10.2022 – 16.12.2022

Zumba

Mittwoch 20:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 75 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022

Gesundheitskurse 2022

P Rückenfit

Mittwoch 18:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 80 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022

Rückenfit

Donnerstag 19:00 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 80 €

20.01.2022 – 10.03.2022

17.03.2022 – 05.05.2022

12.05.2022 – 07.07.2022 (26.05.2022 entfällt)

14.07.2022 – 01.09.2022

08.09.2022 – 27.10.2022

03.11.2022 – 22.12.2022

P Rückenfit am Vormittag

Freitag 11:00 Uhr, 45 Min., Gesamtzeit 135 Min., 8 Einheiten 70 €

14.01.2022 – 04.03.2022

11.03.2022 – 06.05.2022 (15.04.2022 entfällt)

13.05.2022 – 01.07.2022

08.07.2022 – 26.08.2022

02.09.2022 – 21.10.2022

28.10.2022 – 16.12.2022

Yoga

Dienstag 19:30 Uhr 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 85 €

11.01.2022 – 01.03.2022

08.03.2022 – 26.04.2022

03.05.2022 – 21.06.2022

28.06.2022 – 16.08.2022

23.08.2022 – 11.10.2022

18.10.2022 – 06.12.2022

Yoga am Vormittag

Mittwoch 08:15 Uhr, 60 Min., Gesamtzeit 150 Min., 8 Einheiten 70 €

12.01.2022 – 02.03.2022

09.03.2022 – 27.04.2022

04.05.2022 – 22.06.2022

29.06.2022 – 17.08.2022

24.08.2022 – 12.10.2022

19.10.2022 – 07.12.2022



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

Hallenbad Kreyenbrück 2022

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

Dienstag 16:15 Uhr und Donnerstag 15:45 Uhr, 2 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

11.01.2022 – 17.02.2022

22.02.2022 – 31.03.2022

05.04.2022 – 12.05.2022

06.09.2022 – 13.10.2022

01.11.2022 – 08.12.2022

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

Samstag 10:30 Uhr, 1 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

15.01.2022 – 09.04.2022 (12.02.2022 entfällt)

03.09.2022 – 19.11.2022

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

Samstag 11:15 Uhr, 1 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

15.01.2022 – 09.04.2022 (12.02.2022 entfällt)

03.09.2022 – 19.11.2022

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

Sonntag 10:30 Uhr, 1 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

23.01.2022 – 10.04.2022

04.09.2022 – 20.11.2022

Seepferdchen Kurs (für Kinder ab 5 Jahren)

Sonntag 11:30 Uhr, 1 x wöchentlich, 12 Einheiten, 85 €

23.01.2022 – 10.04.2022

04.09.2022 – 20.11.2022

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

(Voraussetzung ist das Seepferdchen)

Donnerstag 15:00 Uhr, 1 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

13.01.2022 – 31.03.2022

01.09.2022 – 01.12.2022 (20.10. und 27.10.2022 entfällt)

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

(Voraussetzung ist das Seepferdchen)

Donnerstag 16:30 Uhr 1 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

13.01.2022 – 31.03.2022

01.09.2022 – 01.12.2022 (20.10. und 27.10.2022 entfällt)

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

(Voraussetzung ist das Seepferdchen)

Samstag 12:15 Uhr 1 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

15.01.2022 – 09.04.2022 (12.02.2022 entfällt)

03.09.2022 – 19.11.2022

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

(Voraussetzung ist das Seepferdchen)

Sonntag 12:30 Uhr, 1 x wöchentlich, 12 Einheiten 85 €

23.01.2022 – 10.04.2022

04.09.2022 – 20.11.2022

Aqua Fitness

Donnerstag 17:30 Uhr, 10 Einheiten 85 €

03.03.2022 – 05.05.2022

15.09.2022 – 01.12.2022 (20.10. und 27.10.2022 entfällt)

08.12.2022 – 23.02.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

Aqua Jogging

Donnerstag 18:15 Uhr, 10 Einheiten 85 €

03.03.2022 – 05.05.2022

15.09.2022 – 01.12.2022 (20.10. und 27.10.2022 entfällt)

08.12.2022 – 23.02.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

Aqua Power

Donnerstag 19:00 Uhr, 10 Einheiten 85 €

03.03.2022 – 05.05.2022

15.09.2022 – 01.12.2022 (20.10. und 27.10.2022 entfällt)

08.12.2022 – 23.02.2023 (29.12.2022 und 05.01.2023 entfällt)

Ferenschwimmkurse 2022

im Hallenbad Kreyenbrück

Seepferdchen Kurs

Jeweils von 10:00 Uhr – 10:45 Uhr und 11:00 Uhr – 11:45 Uhr, 85 €

04.04.2022 – 19.04.2022 (15.04. und 18.04.2022 entfällt)

17.10.2022 – 28.10.2022

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

(Voraussetzung ist das Seepferdchen)

Jeweils von 12:00 Uhr – 12:45 Uhr, 85 €

04.04.2022 – 19.04.2022 (15.04. und 18.04.2022 entfällt)

17.10.2022 – 28.10.2022

Ferenschwimmkurse 2022

im Hallenbad Eversten

Seepferdchen Kurs

Jeweils von 10:30 Uhr – 11:15 Uhr und 11:15 – 12:00 Uhr, 85 €

04.04.2022 – 19.04.2022 (15.04. und 18.04.2022 entfällt)

17.10.2022 – 28.10.2022

Schwimmkurs für Fortgeschrittene

(Voraussetzung ist das Seepferdchen)

Jeweils von 12:00 Uhr – 12:45 Uhr, 85 €

04.04.2022 – 19.04.2022 (15.04. und 18.04.2022 entfällt)

17.10.2022 – 28.10.2022

Stand 12-2021, Änderungen vorbehalten!

Bildquellen: OLantis; Geue Fotografie; Harry Köster; Tobias Frick, ©nd3000, ©lotus_studio - stock.adobe.com, ©RioPatuca Images - stock.adobe.com, ©Val Thoermer - stock.adobe.com; © Rido - Fotolia; Dragan Trifunovic, dolgachov - freepik.com; Polina Tankilevitch - Pexels