



Checkliste Aquagymnastik

Liebe Teilnehmerinnen,
vielen Dank für Ihre Anmeldung. Bald beginnt ihr Aquagymnastikkurs.
Grundsätzlich empfiehlt es sich den Aquagymnastikkurs für Schwangere und die Aquarückbildung mit dem Frauenarzt oder der Hebamme abzusprechen.

Folgende Sachen müssen Sie mitbringen bzw. beachten:

- Badebekleidung und Handtuch oder Bademantel für sich selbst
- Badeschuhe (aus Sicherheitsgründen gegen die Rutschgefahr)
- ein bis zwei (Bade-)Handtücher

Desweiteren ist zu beachten, dass im Schwimmbad- und Umkleidebereich **keine** Nahrungsmittel zu sich genommen werden (Vorschrift des Hygieneinstituts) und dass das Wasser erst unter Aufsicht der Kursleiterin betreten werden darf.

Ferner sollten kein Schmuck und Uhren getragen werden.

Parkplätze sind auf der Ludwig-Weber-Straße oder im Parkhaus vorhanden. Die Adresse lautet:
Bethesda Krankenhaus Ludwig-Weber-Str. 15 Mönchengladbach. Das Bewegungsbad befindet sich in der Physikalischen Therapie / Logos in der Nähe der Rettungswageneinfahrt.

Die Gruppengröße beträgt max. 6 Frauen.

Bitte ziehen Sie sich rechtzeitig vor Kursbeginn um, da vor Ihnen schon Kurse stattfinden und diese Teilnehmerinnen sich dann auch umziehen und es zum Stau in der Umkleidekabine kommen kann.

Sollten Sie erkranken, rufen Sie uns bitte an oder schreiben eine Email an absage@aquafunaktiv.de Bitte beachten Sie, dass versäumte Stunden verfallen.

Aktuelle Informationen finden Sie auf unserer Facebookseite unter www.facebook.com/Aquafunaktiv

Bei Fragen stehe ich Ihnen gerne unter der Telefonnummer 02182-8275032 oder unter info@aquafunaktiv.de zur Verfügung.

Wir freuen uns auf ein Treffen zu Land und zu Wasser.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Aqua Fun Aktiv Team

Anschrift

Aqua Fun Aktiv.
Kleefädchen 27
41516 Grevenbroich

Kommunikation

Telefon 02182-8275032
Telefax 02182-8270770
info@aquafunaktiv.de
www.aquafunaktiv.de
Inhaber: A. Teichmann

Bankverbindung

Commerzbank Meerbusch
DE 03300400480182083600