



## 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 Brückenstraße vorhanden. Bitte auf die Rettungszufahrt vom Altenheim achten. Der Eingang zum Bewegungsbad befindet sich, wenn Sie durch den Haupteingang gehen und dann links halten.

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](mailto:absage@aquafunaktiv.de). Bitte beachten Sie, dass versäumte Stunden verfallen.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne unter der Telefonnummer 02182-8275032 oder unter [info@aquafunaktiv.de](mailto: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](mailto:info@aquafunaktiv.de)  
[www.aquafunaktiv.de](http://www.aquafunaktiv.de)  
Inhaber: A. Teichmann

### Bankverbindung

Commerzbank Meerbusch  
DE 03300400480182083600