

Herzliche Einladung zur

# WASSERGYMNASTIK

mit Heidi Loipold

im Hallenbad Obervellach

Beginn: Donnerstag, 8. November 2018, 14 Uhr

**Kursbeitrag für 10 Nachmittage (bis Ende Jänner 2019) € 20,-.  
Der Eintritt ins Hallenbad ist im Kursbeitrag nicht enthalten.**

Eine dreiviertel Stunde Gymnastik in brusttiefem Wasser zur Kreislaufbelebung, Mobilisierung der Gelenke und Entschlackung des lymphatischen Systems.

Ich habe in langer Praxis und als Buchautorin im Kneipp-Verlag über 30 Jahre eine sehr erfolgreiche Wassergymnastik entwickelt, die für jede Altersgruppe gesund, figurformend und entspannend ist.

**Auch Nichtschwimmer/Innen können ohne Bedenken daran teilnehmen.**



***Bitte Badehaube, Badeschuhe, einen einteiligen Badeanzug und gute Laune mitbringen!***

Weitere Informationen gebe ich Ihnen gerne unter **Tel. 0664 13 11 214**  
z.B. Fahrgemeinschaften).

**Über Ihre Anmeldung unter obiger Telefonnummer würde ich mich sehr freuen!**

***Für Unfälle im Rahmen dieses Kurses wird keine Haftung übernommen!***