

# Fit- und Aktivplan Wasser

Alle Kurse finden im Aqua Reni Rheine statt



**AQUA**  
**FIT** Team  
Enge

| MONTAG               | DIENSTAG             | MITTWOCH           | DONNERSTAG | FREITAG              | SAMSTAG              | SONNTAG              |
|----------------------|----------------------|--------------------|------------|----------------------|----------------------|----------------------|
|                      |                      | 7:15 Uhr Aqua Fit  |            | 7:15 Uhr Aqua Fit    |                      |                      |
| 8:00 Uhr Aqua Fit    |                      | 8:00 Uhr Aqua Fit  |            | 8:00 Uhr Aqua Fit    |                      |                      |
|                      |                      | 10:15 Uhr Aqua Fit |            | 10:15 Uhr Aqua Fit   | 9:15 Uhr Aqua Fit    | 9:30 Uhr CYCLING     |
|                      |                      | 11:00 Uhr Aqua Fit |            | 11:00 Uhr Aqua Fit   | 10:00 Uhr Prävention | 10:15 Uhr CYCLING    |
| 11:45 Uhr Aqua Fit   |                      | 11:45 Uhr Aqua Fit |            | 11:45 Uhr Aqua Fit   |                      | 11:15 Uhr Prävention |
| 12:30 Uhr Aqua Fit   |                      | 12:30 Uhr Aqua Fit |            | 12:30 Uhr Prävention |                      | 12:00 Uhr Prävention |
|                      |                      |                    |            | 13:30 Uhr Prävention |                      | 12:45 Uhr Prävention |
|                      |                      |                    |            | 14:30 Uhr CYCLING    |                      | 13:30 Uhr Prävention |
|                      |                      |                    |            | 15:15 Uhr Aqua Fit   |                      |                      |
|                      |                      |                    |            | 16:00 Uhr Aqua Fit   |                      |                      |
| 16:00 Uhr Aqua Fit   |                      | 16:00 Uhr Aqua Fit |            | 16:45 Uhr Prävention |                      |                      |
| 16:45 Uhr Aqua Fit   |                      | 16:45 Uhr Aqua Fit |            |                      |                      |                      |
|                      | 18:45 Uhr Aqua Power | 19:30 Uhr CYCLING  |            |                      |                      |                      |
| 20:15 Uhr Aqua Power | 19:30 Uhr Aqua Power | 20:15 Uhr CYCLING  |            |                      |                      |                      |

