

Einleitungstext

Getreu dem Motto „Wer rastet, der rostet“ haben wir unser Kursprogramm für Sie erstellt. Dabei sind Fitness, Spaß und gute Laune gleichermaßen garantiert. Ob Schwimm- und Aqua-Fitness-Kurse - bei uns ist immer was los. Mit uns kommen Sie fit, aktiv und gut gelaunt durch das Jahr!

Viel Spaß wünscht Ihnen das Team der Heilbronner Bäder

Allgemeine Informationen zu unseren Kursen:

Alle Kurse werden von erfahrenen Kursleitern durchgeführt, dennoch empfehlen wir, vorher die Zustimmung ihres Arztes einzuholen. Jeder Kursteilnehmer sollte Bade- und Duschsachen mitbringen, eine Bademütze ist nicht erforderlich. Die Kursgebühr der Kurse im Freizeitbad Soleo Heilbronn ist bei Kursbeginn an der Kasse zu entrichten; sie beinhaltet den dreistündigen Aufenthalt im Schwimmbad für Erwachsene, Kinder erhalten eine Tageskarte. Die Kurse, die im Hallenbad Biberach stattfinden, umfassen nur die Kursgebühr; der Eintritt ist separat zu entrichten. Auch diese Kursgebühr ist bei Kursbeginn an der Kasse des Hallenbades Biberach zu bezahlen. Begleitpersonen, die mit ins Bad gehen, haben auch Eintritt zu bezahlen. Wenn Sie eine Kursstunde nicht wahrnehmen können, ist eine Erstattung der Kursgebühr nicht möglich, die Eintritte bleiben jedoch erhalten. An gesetzlichen Feiertagen und in den Ferien finden in der Regel keine Kurse statt.

Informationen zur Anmeldung:

Die Anmeldung zu den Kursen kann nur schriftlich mit unserer Anmeldekarte oder per Email erfolgen und ist verbindlich. Bitte geben Sie gut leserlich die gewünschte Kursnummer, den Kursnamen und die Personalien des Kursteilnehmers an (bei Kindern auch das Geburtsdatum). Die Kurse werden nach Eingang der Anmeldungen belegt. Sie erhalten per Post oder Email eine Anmeldebestätigung. Sollte ein Kurs bereits ausgebucht sein, teilen wir Ihnen dies umgehend mit und versuchen, eine Alternative anzubieten.

BABY-SCHWIMMEN FÜR KINDER VON DREI MONATEN BIS DREI JAHREN

Kursgebühr: € 25,00 zuzügl. Eintritt; 10 Kursstunden á 30 Minuten

Dieser Kurs findet im Lehrschwimmbecken bei 30 Grad Wassertemperatur statt. Behutsam und mit viel Einfühlungsvermögen werden die Babys spielerisch ans Wasser gewöhnt. Durch an den individuellen Entwicklungsstand angepasste Übungen wird die motorische Entwicklung der Babys stimuliert. Babyschwimmen ist eine tolle Erfahrung für Baby und Elternteil und intensiviert nebenbei die Eltern-Kind-Beziehung. Die maximale Teilnehmerzahl beträgt zwölf Kinder + Eltern/-teil.

Sie benötigen Badekleidung und Handtuch oder Bademantel für sich selbst, Badeschuhe (aus Sicherheitsgründen gegen die Rutschgefahr, auch für Laufkinder), sowie ein bis zwei (Bade-)Handtücher und eine Schwimmwindel für das Kind.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 08.01.2018

Kurs-Nr. 1801-BS 1

Kurs-Nr. 1801-BS 2

Kursende: 19.03.2018 (12.02. kein Kurs)

Termin: Mo, 15.00 Uhr

Termin: Mo, 15.45 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 09.04.2018

Kurs-Nr. 1804-BS 1

Kurs-Nr. 1804-BS 2

Kursende: 02.07.2018 (30.04.; 21.05.; 28.05. kein Kurs)

Termin: Mo, 15.00 Uhr

Termin: Mo, 15.45 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 17.09.2018

Kurs-Nr. 1809-BS 1

Kurs-Nr. 1809-BS 2

Kursende: 26.11.2018 (29.10. kein Kurs)

Termin: Mo, 15.00 Uhr

Termin: Mo, 15.45 Uhr

WASSERGEWÖHNUNGSKURSE FÜR KINDER VON DREI BIS FÜNF JAHREN

Kursgebühr: € 20,00 zuzügl. Eintritt; 5 Kursstunden á 45 Minuten

Der Wassergewöhnungskurs für Kinder von drei bis fünf Jahren findet einmal pro Woche statt. Die Begleitung eines Erziehungsberechtigten ist erforderlich. In diesem Kurs werden die Kleinen spielerisch und ohne Leistungsdruck an das Element Wasser herangeführt. Ziel ist es, dass sich die Kinder im Wasser sicher fühlen und sich mit Spaß im und unter Wasser bewegen können. Erste Koordinationsübungen erleichtern ihnen die spätere Teilnahme an einem Schwimmkurs. Ein maximales Lernergebnis wird durch die individuelle Betreuung in Kleingruppen mit sieben Kindern erzielt.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 08.01.2018

Kurs-Nr. 1801-WGK

Kursende: 05.02.2018 (12.02. kein Kurs)

Termin: Mo, 15.00 Uhr

Kursstart Februar

Kursbeginn: 19.02.2018
Kurs-Nr. 1802-WGK

Kursende: 19.03.2018
Termin: Mo, 15.00 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 09.04.2018
Kurs-Nr. 1804-WGK

Kursende: 14.05.2018 (30.04. kein Kurs)
Termin: Mo, 15.00 Uhr

Kursstart Juni

Kursbeginn: 04.06.2018
Kurs-Nr. 1806-WGK

Kursende: 02.07.2018
Termin: Mo, 15.00 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 17.09.2018
Kurs-Nr. 1809-WGK

Kursende: 15.10.2018
Termin: Mo, 15.00 Uhr

Kursstart November

Kursbeginn: 05.11.2018
Kurs-Nr. 1811-WGK

Kursende: 03.12.2018
Termin: Mo, 15.00 Uhr

ANFÄNGER-SCHWIMMKURSE FÜR KINDER AB SECHS JAHREN

Kursgebühr: € 61,00 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Das Schwimmkursangebot für Kinder ab sechs Jahren, die bereits erste Erfahrungen im Wasser gemacht haben. Dieser Kurs findet zweimal pro Woche statt. Um eine individuelle Betreuung der Kinder zu gewährleisten, ist die Teilnehmerzahl auf sieben Kinder begrenzt. Unter fachlicher Anleitung erlernen die Kinder die Technik des Brustschwimmens. Am Ende des Kurses kann auf freiwilliger Basis die Schwimmprüfung für das Seepferdchen-Abzeichen abgelegt werden, wodurch zusätzliche Kosten für die Abzeichen entstehen.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 09.01.2018
Kurs-Nr. 1801-SK 1
Kurs-Nr. 1801-SK 2
Kurs-Nr. 1801-SK 3

Kursende: 08.02.2018
Termine: Di + Do, 15.30 Uhr
Termine: Di + Do, 16.30 Uhr
Termine: Di + Do, 17.30 Uhr

Kursbeginn: 10.01.2018
Kurs-Nr. 1801-SK 4
Kurs-Nr. 1801-SK 5
Kurs-Nr. 1801-SK 6

Kursende: 09.02.2018
Termine: Mi + Fr, 15.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 16.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 17.30 Uhr

Kursstart Februar

Kursbeginn: 20.02.2018
Kurs-Nr. 1802-SK 1
Kurs-Nr. 1802-SK 2
Kurs-Nr. 1802-SK 3

Kursende: 22.03.2018
Termine: Di + Do, 15.30 Uhr
Termine: Di + Do, 16.30 Uhr
Termine: Di + Do, 17.30 Uhr

Kursbeginn: 21.02.2018
Kurs-Nr. 1802-SK 4
Kurs-Nr. 1802-SK 5
Kurs-Nr. 1802-SK 6

Kursende: 23.03.2018
Termine: Mi + Fr, 15.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 16.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 17.30 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 10.04.2018
Kurs-Nr. 1804-SK 1
Kurs-Nr. 1804-SK 2
Kurs-Nr. 1804-SK 3

Kursende: 17.05.2018 (01.05.; 10.05. kein Kurs)
Termine: Di + Do, 15.30 Uhr
Termine: Di + Do, 16.30 Uhr
Termine: Di + Do, 17.30 Uhr

Kursbeginn: 11.04.2018
Kurs-Nr. 1804-SK 4
Kurs-Nr. 1804-SK 5
Kurs-Nr. 1804-SK 6

Kursende: 16.05.2018 (11.05. kein Kurs)
Termine: Mi + Fr, 15.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 16.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 17.30 Uhr

Kursstart Juni

Kursbeginn: 05.06.2018
Kurs-Nr. 1806-SK 1
Kurs-Nr. 1806-SK 2
Kurs-Nr. 1806-SK 3

Kursende: 05.07.2018
Termine: Di + Do, 15.30 Uhr
Termine: Di + Do, 16.30 Uhr
Termine: Di + Do, 17.30 Uhr

Kursbeginn: 06.06.2018
Kurs-Nr. 1806-SK 4
Kurs-Nr. 1806-SK 5
Kurs-Nr. 1806-SK 6

Kursende: 06.07.2018
Termine: Mi + Fr, 15.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 16.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 17.30 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 18.09.2018
Kurs-Nr. 1809-SK 1
Kurs-Nr. 1809-SK 2
Kurs-Nr. 1809-SK 3

Kursende: 18.10.2018
Termine: Di + Do, 15.30 Uhr
Termine: Di + Do, 16.30 Uhr
Termine: Di + Do, 17.30 Uhr

Kursbeginn: 19.09.2018
Kurs-Nr. 1809-SK 4
Kurs-Nr. 1809-SK 5
Kurs-Nr. 1809-SK 6

Kursende: 24.10.2018 (03.10. kein Kurs)
Termine: Mi + Fr, 15.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 16.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 17.30 Uhr

Kursstart November

Kursbeginn: 06.11.2018
Kurs-Nr. 1811-SK 1
Kurs-Nr. 1811-SK 2
Kurs-Nr. 1811-SK 3

Kursende: 06.12.2018
Termine: Di + Do, 15.30 Uhr
Termine: Di + Do, 16.30 Uhr
Termine: Di + Do, 17.30 Uhr

Kursbeginn: 07.11.2018
Kurs-Nr. 1811-SK 4
Kurs-Nr. 1811-SK 5
Kurs-Nr. 1811-SK 6

Kursende: 07.12.2018
Termine: Mi + Fr, 15.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 16.30 Uhr
Termine: Mi + Fr, 17.30 Uhr

Hallenbad Biberach

Kursgebühr: € 29,00 zuzügl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Kursstart Januar

Kursbeginn: 09.01.2018

Kurs-Nr. 1801-SKB 1

Kurs-Nr. 1801-SKB 2

Kursende: 09.02.2018

Termine: Di + Fr, 15.30 Uhr

Termine: Di + Fr, 16.30 Uhr

Kursstart Februar

Kursbeginn: 20.02.2018

Kurs-Nr. 1802-SKB 1

Kurs-Nr. 1802-SKB 2

Kursende: 23.03.2018

Termine: Di + Fr, 15.30 Uhr

Termine: Di + Fr, 16.30 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 10.04.2018

Kurs-Nr. 1804-SKB 1

Kurs-Nr. 1804-SKB 2

Kursende: 18.05.2018 (01.05.; 11.05. kein Kurs)

Termine: Di + Fr, 15.30 Uhr

Termine: Di + Fr, 16.30 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 18.09.2018

Kurs-Nr. 1809-SKB 1

Kurs-Nr. 1809-SKB 2

Kursende: 19.10.2018

Termine: Di + Fr, 15.30 Uhr

Termine: Di + Fr, 16.30 Uhr

Kursstart November

Kursbeginn: 06.11.2018

Kurs-Nr. 1811-SKB 1

Kurs-Nr. 1811-SKB 2

Kursende: 07.12.2018

Termine: Di + Fr, 15.30 Uhr

Termine: Di + Fr, 16.30 Uhr

FORTGESCHRITTENEN-SCHWIMMKURS FÜR KINDER

Kursgebühr: € 61,00 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Der richtige Kurs für Kinder, die bereits das Seepferdchen-Abzeichen abgelegt haben und gerne weitermachen möchten. Unter fachlicher Anleitung können die Kinder ihren Schwimmstil verbessern, Ausdauer trainieren oder eine neue Schwimmstilart erlernen. Dieser Kurs findet einmal pro Woche statt. Er empfiehlt sich im Anschluss an unsere Schwimmkurse, damit das Erlernte noch weiter gefestigt werden kann. Die Teilnehmerzahl ist auf zehn Kinder begrenzt.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 08.01.2018

Kurs-Nr. 1801-SKFK 1

Kurs-Nr. 1801-SKFK 2

Kursende: 19.03.2018 (12.02. kein Kurs)

Termin: Mo, 16.00 Uhr

Termin: Mo, 17.00 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 09.04.2018
Kurs-Nr. 1804-SKFK 1
Kurs-Nr. 1804-SKFK 2

Kursende: 02.07.2018 (30.04.; 21.05.; 28.05. kein Kurs)
Termin: Mo, 16.00 Uhr
Termin: Mo, 17.00 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 17.09.2018
Kurs-Nr. 1809-SKFK 1
Kurs-Nr. 1809-SKFK 2

Kursende: 26.11.2018 (29.10. kein Kurs)
Termin: Mo, 16.00 Uhr
Termin: Mo, 17.00 Uhr

KOMPAKT-SCHWIMMKURS FÜR KINDER AB SECHS JAHREN IN DEN SOMMER-FERIEN

Kursgebühr: € 29,00 zuzügl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Schwimmen lernen in nur zwei Wochen. Der Kompakt-Schwimmkurs für Kinder ab sechs Jahren findet fünfmal pro Woche in den Sommerferien statt. Die Teilnehmerzahl ist auf sieben Kinder begrenzt.

Hallenbad Biberach

Kursstart Juli

Kursbeginn: 30.07.2018
Kurs-Nr. 1807-SKK 1
Kurs-Nr. 1807-SKK 2
Kurs-Nr. 1807-SKK 3
Kurs-Nr. 1807-SKK 4

Kursende: 10.08.2018
Termine: Mo - Fr, 14.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 15.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 16.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 17.45 Uhr

Kursstart August

Kursbeginn: 13.08.2018
Kurs-Nr. 1808-SKK 5
Kurs-Nr. 1808-SKK 6
Kurs-Nr. 1808-SKK 7
Kurs-Nr. 1808-SKK 8

Kursende: 24.08.2018
Termine: Mo - Fr, 14.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 15.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 16.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 17.45 Uhr

Kursbeginn: 27.08.2018
Kurs-Nr. 1808-SKK 9
Kurs-Nr. 1808-SKK 10
Kurs-Nr. 1808-SKK 11
Kurs-Nr. 1808-SKK 12

Kursende: 07.09.2018
Termine: Mo - Fr, 14.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 15.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 16.45 Uhr
Termine: Mo - Fr, 17.45 Uhr

ANFÄNGER-SCHWIMMKURS FÜR ERWACHSENE

Kursgebühr: € 92,50 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Anfänger-Schwimmkurs für Erwachsene in Kleingruppen mit maximal sieben Personen. Es wird die Technik des Brustschwimmens vermittelt. Erfahrene Kursleiter gehen auf die individuellen Anforderungen der Kursteilnehmer ein. Der Kurs findet zweimal pro Woche statt.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 10.01.2018 Kursende: 09.02.2018
Kurs-Nr. 1801-SKE Termine: Mi + Fr, 18.30 Uhr

Kursstart Februar

Kursbeginn: 21.02.2018 Kursende: 23.03.2018
Kurs-Nr. 1802-SKE Termine: Mi + Fr, 18.30 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 11.04.2018 Kursende: 16.05.2018 (11.05. kein Kurs)
Kurs-Nr. 1804-SKE Termine: Mi + Fr, 18.30 Uhr

Kursstart Juni

Kursbeginn: 06.06.2018 Kursende: 06.07.2018
Kurs-Nr. 1806-SKE Termine: Mi + Fr, 18.30 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 19.09.2018 Kursende: 24.10.2018 (03.10. kein Kurs)
Kurs-Nr. 1809-SKE Termine: Mi + Fr, 18.30 Uhr

Kursstart November

Kursbeginn: 07.11.2018 Kursende: 07.12.2018
Kurs-Nr. 1811-SKE Termine: Mi + Fr, 18.30 Uhr

FORTGESCHRITTENEN-SCHWIMMKURS FÜR ERWACHSENE

Kursgebühr: € 92,50 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Aufbau-Schwimmkurs für Erwachsene, die ihren Schwimmstil verbessern und neue Stilarten erlernen möchten. Erfahrene Kursleiter gehen auf die individuellen Anforderungen der Teilnehmer ein. Der Kurs findet einmal pro Woche statt. Die Teilnehmerzahl ist auf sieben Personen begrenzt.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 10.01.2018 Kursende: 21.03.2018 (14.02. kein Kurs)
Kurs-Nr. 1801-SKFE Termin: Mi, 19.30 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 11.04.2018
Kurs-Nr. 1804-SKFE

Kursende: 27.06.2018 (23.05.; 30.05. kein Kurs)
Termin: Mi, 19.30 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 19.09.2018
Kurs-Nr. 1809-SKFE

Kursende: 05.12.2018 (03.10.; 31.10. kein Kurs)
Termin: Mi, 19.30 Uhr

AQUA-FITNESS-KURSE

Unter Aqua-Fitness versteht man allgemein das gelenkschonende Training im Wasser zur Stärkung der Muskulatur, der Ausdauerfähigkeit sowie des Herz-Kreislauf-Systems. Das Übungsprogramm ist vielseitig und dabei gesundheitsorientiert und durch den Einsatz des Wasserwiderstandes sehr gut dosierbar. Alle Formen der Aqua-Fitness sind ein idealer Einstieg in eine aktive Freizeitgestaltung. Temporeiche Musik unterstützt das Training im flachen und im tiefen Wasser. Unsere Kurse werden von speziell ausgebildeten Aqua-Fitness-Trainern geleitet. Die Schwimmfähigkeit wird bei allen Kursen vorausgesetzt. Alle Aqua-Fitness-Kurse werden einmal pro Woche durchgeführt. Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen begrenzt. Wir empfehlen, vor der Anmeldung Ihren Arzt zu konsultieren.

AQUA-JOGGING

Kursgebühr: € 105,00 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Dieser Kurs findet im Tiefwasser statt. Sehr empfehlenswert für alle, die an Land Laufprobleme haben und/oder Arthrose gefährdet sind. Die durch einen speziellen Auftriebsgürtel bedingte schwebende Position im Wasser ist sehr angenehm. Auch Teilnehmer mit Gewichtsproblemen werden Spaß an der Bewegung finden.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 11.01.2018
Kurs-Nr. 1801-AJ

Kursende: 22.03.2018 (15.02. kein Kurs)
Termin: Do, 10.00 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 12.04.2018
Kurs-Nr. 1804-AJ

Kursende: 05.07.2018 (10. + 24.05 + 31.05. kein Kurs)
Termin: Do, 10.00 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 20.09.2018
Kurs-Nr. 1809-AJ

Kursende: 29.11.2018 (01.11. kein Kurs)
Termin: Do, 10.00 Uhr

AQUA-POWER

Kursgebühr: € 105,00 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Aqua-Power ist ein effektives und abwechslungsreiches Training im Tiefwasser für den sportlichen Typ. Ein größerer Wasserwiderstand und schnellere Bewegungsausführungen bringen eine erhöhte körperliche Belastung, die dennoch sehr schonend für die Gelenke ist.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 10.01.2018

Kurs-Nr. 1801-AP 1

Kursende: 21.03.2018 (14.02. kein Kurs)

Termin: Mi, 20.00 Uhr

Kursbeginn: 11.01.2018

Kurs-Nr. 1801-AP 2

Kursende: 22.03.2018 (15.02. kein Kurs)

Termin: Do, 11.00 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 11.04.2018

Kurs-Nr. 1804-AP 1

Kursende: 27.06.2018 (23. + 30.05. kein Kurs)

Termin: Mi, 20.00 Uhr

Kursbeginn: 12.04.2018

Kurs-Nr. 1804-AP 2

Kursende: 05.07.2018

Termin: Do, 11.00 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 19.09.2018

Kurs-Nr. 1809-AP 1

Kursende: 05.12.2018 (03.10.; 31.10. kein Kurs)

Termin: Mi, 20.00 Uhr

Kursbeginn: 20.09.2018

Kurs-Nr. 1809-AP 2

Kursende: 29.11.2018

Termin: Do, 11.00 Uhr

Hallenbad Biberach

Kursgebühr: € 55,00 zuzügl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Kursstart Januar

Kursbeginn: 09.01.2018

Kurs-Nr. 1801-AP 1B

Kursende: 20.03.2018 (13.02. kein Kurs)

Termin: Di, 17.45 Uhr

Kursstart April (Mini-Kurs, 5 Stunden)

Kursbeginn: 10.04.2018

Kurs-Nr. 1804-AP 1B

Kursende: 15.05.2018 (01.05. kein Kurs)

Termin: Di, 17.45 Uhr

Kursstart August (Mini-Kurs, 5 Stunden)

Kursbeginn: 07.08.2018 Kursende: 04.09.2018
Kurs-Nr. 1808-AP 1B Termin: Di, 17.45 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 18.09.2018 Kursende: 27.11.2018
Kurs-Nr. 1809-AP 1B Termin: Di, 17.45 Uhr

AQUA-FIT XL

Kursgebühr: € 105,00 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Aqua-Fit XL ist speziell für übergewichtige Personen, die gerne wieder mehr Aktivität in ihr Leben bringen möchten. Der gesamte Bewegungsapparat, die Kondition und das Herz werden schonend trainiert. Der Auftrieb im Wasser entlastet Gelenke, Wirbelsäule und Bandscheibe. Dieser Kurs findet im Lehrschwimmbecken im Flachwasser statt. Die Kursteilnehmer sind dabei ganz unter sich. Die Teilnehmerzahl ist auf zehn Personen begrenzt.

Freizeitbad Soleo

Kursstart Januar

Kursbeginn: 12.01.2018 Kursende: 23.03.2018 (16.02. kein Kurs)
Kurs-Nr. 1801-AFXL Termin: Fr, 19.45 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 13.04.2018 Kursende: 06.07.2018 (11.05.; 25.05.; 01.06. kein Kurs)
Kurs-Nr. 1804-AFXL Termin: Fr, 19.45 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 21.09.2018 Kursende: 30.11.2018 (02.11. kein Kurs)
Kurs-Nr. 1809-AFXL Termin: Fr, 19.45 Uhr

AQUA-NORDIC-WALKING

Kursgebühr: € 105,00 inkl. Eintritt; 10 Kursstunden á 45 Minuten

Aqua-Nordic-Walking ist ein Geh- und Lauftraining im stehetiefen Wasser mit speziell entwickelten Stöcken. Es beansprucht alle Muskelgruppen und trainiert Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination - und das besonders gelenkschonend. Geleitet werden die Kurse von speziell ausgebildeten Aqua-Nordic-Walking-Trainern. Es kann jeder teilnehmen und selbst erleben, wieviel Spaß diese Art der Bewegung im Wasser macht. Die Teilnehmerzahl ist auf zehn Personen begrenzt.

Kursstart Januar

Kursbeginn: 10.01.2018 Kursende: 21.03.2018 (14.02. kein Kurs)
Kurs-Nr. 1801-ANW Termin: Mi, 19.00 Uhr

Kursstart April

Kursbeginn: 11.04.2018
Kurs-Nr. 1804-ANW

Kursende: 27.06.2018 (23.05.; 30.05. kein Kurs)
Termin: Mi, 19.00 Uhr

Kursstart September

Kursbeginn: 19.09.2018
Kurs-Nr. 1809-ANW

Kursende: 05.12.2018 (03.10.; 31.10. kein Kurs)
Termin: Mi, 19.00 Uhr

Unsere kostenfreien Gesundheitsangebote

Die nachstehenden Gesundheitsangebote von unserem Bäderteam für Sie sind bereits im Eintrittspreis enthalten, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Diese Angebote gelten nicht an Feiertagen.

Angebot im Freizeitbad Soleo

WASSERGYMNASTIK (im Sole-Innenbecken)

Dienstags 09.00 - 09.15 Uhr + 10.30 - 10.45 Uhr
Mittwochs, donnerstags und freitags 09.00 - 09.15 Uhr

Angebote im Hallenbad Biberach

FIGURGYMNASTIK

Mittwochs 09.45 - 10.30 Uhr + 18.00 - 18.30 Uhr

GESUNDHEITSTRAINING

Mittwochs 17.15 - 17.45 Uhr

WOHLFÜHLGYMNASTIK FÜR SENIOREN

Donnerstags 15.00 - 15.30 Uhr

AQUA-POWER FÜR SPORTLICHE

Donnerstags 19.45 - 20.30 Uhr
Freitags 19.00 - 19.45 Uhr

Kostenpflichtige Kursangebote anderer Anbieter

Angebote im Freizeitbad Soleo

FUNKTIONSTRAINING FÜR RHEUMA-KRANKE(jeweils 30 Minuten)

Anbieter: Rheuma-Liga

Montags	15.30 - 17.30 Uhr Gruppenbetreuerin Sigrid Münster, ☎ 0176/94871234 Sprechzeit: Montag, 16.00 - 18.00 Uhr
Donnerstags	17.30 - 19.00 Uhr Gruppenbetreuerin Helga Winkler, ☎ 07062/62623
Freitags	09.30 - 12.30 Uhr Gruppenbetreuerin Birgit Niebl, ☎ 0176/94933070 Sprechzeiten: Freitag, 09.00 - 12.00 Uhr
Samstags	08.45 - 10.15 Uhr Gruppenbetreuerin Karin Koch, ☎ 07131/3900720

SCHWIMMKURSE FÜR KINDER

Anbieter und Information: Herr Hartrampf, ☎ 07131/255763

Termine nach telefonischer Absprache

Angebote im Hallenbad Biberach

ELTERN-KIND-SCHWIMMEN

Anbieter und Information: Frau Nagel, ☎ 07131/403422

Mittwochs	09.15 - 09.45 Uhr (für Kinder von 3 bis 12 Monaten) 10.30 - 11.00 Uhr (für Kinder von 1 bis 3 Jahren)
Samstags	13.15 - 13.45 Uhr (für Kinder von 3 bis 12 Monaten) 13.45 - 14.15 Uhr (für Kinder von 1 bis 3 Jahren)

SEEPFERDCHENCLUB

Anbieter und Information: Frau Volk, ☎ 07066/4111

Donnerstags	16.00 Uhr Schnupperkurs 16.15 Uhr Anfänger mit Seepferdchen-Abzeichen 17.00 Uhr Fortgeschrittene 17.45 Uhr Goldkurs
-------------	--

SCHWIMMKURSE FÜR KINDER

Anbieter und Information: Herr Hartrampf, ☎ 07131/255763

Termine nach telefonischer Absprache

SCHWIMMKURSE FÜR KINDER UND ERWACHSENE

Anbieter und Information: Frau Nagel, ☎ 07131/403422

Termine nach telefonischer Absprache

ASV HEILBRONN

Vereinsabend:

Samstag: 18.00 - 19.30 Uhr

Soleo, Sport- und Lehrbecken

Ansprechpartner:

Markus Gerock

asv.heilbronn@freenet.de

☎ 07133/2039523

SCHWIMMVEREIN HEILBRONN 98 e.V.

www.svh98.de

www.facebook.com/schwimmverein.heilbronn.98

Schwimmkurse:

Schwimmkurse im Soleo für Kinder ab vier Jahren beginnen halbjährlich;

Information auf www.svh98.de.

Anfängerschwimmen:

Breitensportangebot Dienstag, 19.00 - 20.00 Uhr im Soleo; unverbindliches Probe- bzw. Vorschwimmen Dienstag um 18.45 Uhr nach Anmeldung am Info-Tisch im Soleo

Leistungsschwimmen:

leistungsorientiertes Training im Soleo an verschiedenen Terminen in der Woche

Kontaktadresse für Informationen: schwimmen@svh98.de

Wasserspringen:

Trainingszeiten Jugend und Aktive im Soleo

Montag, Dienstag und Donnerstag jeweils 18.00 - 19.00 Uhr

Kontaktadresse für Informationen: wasserspringen@svh98.de

Wasserball:

Jugendtraining Montag, 18.00 -19.40 Uhr, Dienstag, 19.00 -20.00 Uhr im Soleo; Anfänger sind herzlich willkommen, das bronzene Jugendschwimmabzeichen ist allerdings Voraussetzung. Training der Herrenmannschaften an mehreren Terminen in der Woche,

Kontaktadresse für Informationen: wasserball@svh98.de

allgemeine Informationen:

Informationen zum Sportangebot, zur Mitgliedschaft und zu Wettkampf- und Spielterminen unter www.svh98.de, in den sozialen Medien sowie dienstags von 18.40 Uhr bis 20.00 Uhr am Info-Tisch im Foyer des Soleos. Ansprechpartner sind der Vorsitzende Jens Boysen bzw. die Abteilungsleiter und Trainer.

Kontaktadresse für Informationen: info@svh98.de

TSV BIBERACH 1905 e.V.

www.tsv-biberach.de

Vereinsabend:

Montag, 17.00 - 19.00 Uhr

Hallenbad Biberach

Schwimmkurse für Kinder ab 5 Jahren:

Montag, 17.00 Uhr (mit Anmeldung)

Hallenbad Biberach

Ansprechpartner

Roland Bier

bierro@web.de

☎ 07066/5867

TSG 1845 HEILBRONN e.V.

www.tsg-heilbronn-schwimmen.de

Vereinsabend:

Donnerstag, 19.45 - 21.00 Uhr

Soleo, Sportbecken

Dienstag, 19.45 - 21.00 Uhr

Hallenbad Biberach

Schwimmkurse für Kinder ab 4 Jahren:

Donnerstag, 19.00 - 19.45 Uhr

Soleo, Lehrbecken

Dienstag, 19.00 - 19.45 Uhr

Samstag, 10.45 - 11.30 Uhr

Hallenbad Biberach

Ansprechpartner:

Anja Epple

epple@epple-architekten.de

☎ 07133/4432

Schwimmkurse für Erwachsene:

auf Anfrage

Soleo, Hallenbad Biberach

Ansprechpartner:

Anja Epple

epple@epple-architekten.de

☎ 07133/4432

Aqua-Fitness:

Donnerstag, 20.00 - 20.45 Uhr

Soleo, Lehrbecken

Dienstag, 19.45 - 20.30 Uhr

Hallenbad Biberach

Ansprechpartner:

Bianca Dietrich

dietr.bianca@googlemail.com

☎ 07066/902082

DLRG HEILBRONN

www.heilbronn.dlrg.de

Vereinsabend:

Montag, 19.30 - 21.00 Uhr

Soleo, Sportbecken

Mittwoch, 19.00 - 20.30 Uhr

Hallenbad Biberach

Schwimmkurse für Kinder ab 5 Jahren und Erwachsene:

Ansprechpartner:

Peter Bartsch

☎ 07132/42529

Rettungsschwimmausbildung:

Ansprechpartner:

Wolfgang Stumpp

☎ 07131/506245

DJK SPORTBUND HEILBRONN e.V.

www.schwimmen-in-heilbronn.de

Vereinsabend:

Montag, 18.00 - 19.30 Uhr

Soleo, Sport- und Lehrbecken

Schwimmkurse für Kinder:

Montag, 18.00 - 19.00 Uhr

Soleo, Lehrbecken

Ansprechpartner:

Franz Weinreuter/Wolfgang Süßenbach

FWeinreuter@t-online.de

☎ 07138/7286

TRI-TEAM HEUCHELBERG

www.triteamheuchelberg.de

Schwimmkurse für Kinder:

Samstag, 10.00 Uhr (mit Anmeldung)

Hallenbad Biberach

Ansprechpartner:

Stefan Fiebig

stefan_fiebig@gmx.de

BEHINDERTEN-SPORTGEMEINSCHAFT HEILBRONN

(Rehabilitationssport)

www.vsghn.de

Wassergymnastik und Schwimmen:

Montag, 12.00 - 13.00 Uhr

Soleo, Solebecken

Sport nach Krebs:

Montag, 18.00 - 19.00 Uhr

Soleo, Solebecken

Ansprechpartner:

Peter Bartsch

☎ 07132/42529

HALLENBAD-FÖRDERVEREIN BIBERACH

Vereinsabend:

Montag, 19.00 - 21.00 Uhr

Hallenbad Biberach

Wassergymnastik für Erwachsene:

Montag, 20.00 - 21.00 Uhr
Hallenbad Biberach
Ansprechpartner:
Monika Würth
Monika-Wuerth@t-online.de
☎ 07131/484259
☎ 0151/11577756

TAUCHCLUB HEILBRONN e.V.
www.tauchclubheilbronn.de
Unterwasserrugby:
Montag, Donnerstag, 20.30 - 22.00 Uhr
Samstag, 18.45 - 19.30 Uhr
Soleo, Sportbecken
Flossenschwimmen:
Termine auf Anfrage
Soleo: Sportbecken
Gerätetauchen:
Montag, 20.45 - 21.45 Uhr
Samstag, 18.00 - 19.30 Uhr
Soleo: Sportbecken
Aquafitness:
Samstag, 18.00 - 18.45 Uhr
Soleo, Lehrbecken

KNEIPP VEREIN HEILBRONN e.V.
www.kneipp-verein-heilbronn.de
Wassergymnastik und Schwimmen:
Montag, 19.00 - 20.00 Uhr
Soleo, Solebecken
Ansprechpartner:
Geschäftsstelle
☎ 07131/162929

Änderungen vorbehalten!