



## Einzelkarten

Kat.	AquaTraining	Trockenfitness mit Schwimmen	Trockenfitness ohne Schwimmen
1	11,50 Euro	14,20 Euro	11,70 Euro
2	10,70 Euro	11,70 Euro	9,40 Euro
3	10,20 Euro	9,90 Euro	7,60 Euro
4	-	-	-

## Einteilung der Kategorien: AquaTraining

- Kategorie 1: Geräte Training (AquaBack, AquaCycling, AquaJump), alle Solekurse und Spezialkurse (z.B. AquaZumba, Mermaiding, AquaRunning HIIT, AquaBootCamp, AquaYoga)
- Kategorie 2: AquaBauchBeinePo, AquaSpeed, AquaPower, AquaRobic, AquaBabybauch, AquaRückenFit (nicht im Solebecken!)
- Kategorie 3: AquaFitness, AquaJogging

## Schwimmunterricht

- Kategorie 1: Baby- und Kleinkindschwimmen, Schwimmunterricht mit max. 6 Teilnehmern (Froschkurse und Seepferdchenkurse)
- Kategorie 2: Baby- und Kleinkindschwimmen, Erwachsenenschwimmkurse, Sonderschwimmkurse mit 10 TN (z.B. samstags und sonntags)
- Kategorie 3: Baby- und Kleinkindschwimmen, Schwimmkurse mit max. 10 Teilnehmern (Froschkurse, Seepferdchenkurse, Bronze, Silber, Gold)
- Kategorie 4: Baby- und Kleinkindschwimmen, Schwimmkurse im Freibad

## Trockenfitness

- Kategorie 1: 90 Minuten Trockenfitness
- Kategorie 2: 60 Minuten Trockenfitness
- Kategorie 3: 45 Minuten Trockenfitness

## Spezialkurse

- Kategorie 1: Aktionskurse oder besonders exklusive Angebote wie bspw. Schwimmkurse mit 6 Kindern am Wochenende.

## Für alle Bäder gilt:

Bäderkarte	EURO	Rabatt-Schwimmen	Rabatt-Sauna	Rabatt-Kurse
Bronze	35 - 99	10 %	0 %	0 %
Silber	100 - 249	13 %	15 %	5 %
Gold	250 - 449	17 %	20 %	5 %
Platin	450 - 999	21 %	25 %	5 %

Keine Rabattierung bei Kurzschwimmen, Familienkarten, Sondertarife, Schwimmkurse, Einzel- und Jahreskarten.

## Anmeldung

Anmeldung und Zahlung erfolgt im Hallenbad Huchting zu den Kassenzeiten, oder im Bremer Bäder-Shop bei Karstadt sports.

## Hallenbad Huchting

Delfter Straße 22 - 24  
28259 Bremen  
huchting@bremer-baeder.de  
www.bremer-baeder.de

Stand: 01.12.2016

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Bremer Bäder GmbH.  
Für die Richtigkeit der Angaben wird keine Haftung übernommen

## Bad in der Tegeler Plate

Tegeler Plate 23  
28259 Bremen  
huchting@bremer-baeder.de  
www.bremer-baeder.de



# Bad in der – Kursplan & Kursbeschreibungen 2017

## Tegeler Plate

AquaTrainings- & Schwimmkurse				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	8.45 - 9.15 vermietet	8.00 - 10.00 vermietet		
9.00 - 12.00 vermietet			8.00 - 9.50 vermietet	9.00 - 9.45 AquaRückenFit
	10.00 - 10.30 Babyschw. 3-12 Mon.	10.15 - 11.45 vermietet	10.00 - 10.30 Babyschw. 3-12 Mon.	9.45 - 10.30 AquaRückenFit
	10.30 - 11.00 Babyschw. 3-12 Mon.		10.30 - 11.00 Babyschw. 3-12 Mon.	10.30 - 11.15 AquaFitness
	11.00 - 11.30 Kleinkind ab 2 J.		11.00 - 11.30 Kleinkind ab 2 J.	11.15 - 12.00 AquaFitness
	11.55 - 13.55 vermietet	13.30 - 15.00 vermietet		14.10 - 16.10 vermietet
			15.00 - 16.30 vermietet	
16.15 - 16.45 Froschkurs ab 3 J.	15.30 - 16.15 AquaFitness	16.15 - 16.45 Froschkurs ab 3 J.		16.15 - 16.45 Froschkurs ab 3 J.
16.45 - 17.15 Froschkurs ab 3 J.	16.15 - 17.00 AquaFitness	16.45 - 17.15 Froschkurs ab 3 J.		16.45 - 17.15 Froschkurs ab 3 J.
17.15 - 17.45 Seepferdchen		17.15 - 17.45 Seepferdchen	17.15 - 18.00 AquaFitness	17.15 - 17.45 Seepferdchen
18.15 - 19.00 AquaFitness		17.45 - 18.30 AquaFitness		
19.00 - 19.45 AquaFitness	18.45 - 19.30 AquaFitness	18.30 - 19.15 AquaFitness		
19.45 - 20.30 AquaFitness	19.30 - 20.15 AquaFitness	19.15 - 20.00 AquaFitness	19.50 - 21.10 vermietet	
<b>Samstag</b>	10.00 - 10.30 Babyschw. 3-12 Mon.	11.00 - 11.30 Froschkurs ab 3 J.	15.45 - 16.15 Froschkurs ab 3 J.	16.45 - 17.15 Seepferdchen
	10.30 - 11.00 Kleinkind ab 2 J.	11.30 - 12.00 Seepferdchen	16.15 - 16.45 Froschkurs ab 3 J.	17.15 - 17.45 Seepferdchen

### AquaRückenFit

Den Rücken bewusst trainieren während die Wirbelsäule entlastet wird? Das gibt es nur im Wasser! Kräftigen Sie ganz gezielt Ihre Stütz Muskulatur, um Rückenbeschwerden in den Griff zu kriegen oder vorzubeugen.

### AquaFitness

Erleben Sie Fitness auf sanfte Weise. Dieses Bewegungstraining stärkt nicht nur das Herz-Kreislauf-System, sondern fördert Kondition, Koordination, Muskelkraft und Entspannung. Bei diesem Training im Flachwasser können so auch unsichere Schwimmer und ältere Menschen ohne Angst und mit viel Spaß im Wasser Sport treiben, Gleichgesinnte treffen und das Miteinander genießen.

### Schwimmen lernen

Vom Babyschwimmen über das Kleinkindschwimmen bis hin zu Seepferdchenkursen bieten wir für alle Altersklassen die richtigen Kurse an. Bitte schauen Sie hierzu auch in unseren extra Flyer zum „Schwimmen lernen“.

### Termine unserer Staffeln 2017

Staffel	von	bis	Freier Verkauf ab
Frühjahr	02.01.2017	26.03.2017	21.11.2016
Sommer	27.03.2017	20.06.2017	06.02.2017
Herbst	03.08.2017	15.10.2017	01.05.2017
Winter	16.10.2017	22.12.2017	11.09.2017

Alle KursteilnehmerInnen haben die Möglichkeit sich ihren Platz für die Folgestaffel bis zum Beginn des freien Verkaufs zu sichern.

### Preise AquaTraining 2017

Staffelkarten / Karten für Schwimmkurse

Kat.	AquaTraining	Trockenfitness mit Schwimmen	Trockenfitness ohne Schwimmen	Schwimmkurse
1	110,00 Euro	135,50 Euro	111,50 Euro	113,00 Euro
2	101,50 Euro	111,50 Euro	89,50 Euro	93,00 Euro
3	98,00 Euro	95,00 Euro	73,00 Euro	82,00 Euro
4	-	-	-	77,00 Euro

Bei Zahlung mit der Bäderkarte (ab Silber) erhalten Sie 5% Rabatt auf die angegebenen Staffelpreise. Ausgenommen Schwimmkurse.

### Jahreskarten

Kat.	AquaTraining	Trockenfitness mit Schwimmen	Trockenfitness ohne Schwimmen
1	384,00 Euro	478,00 Euro	392,00 Euro
2	358,00 Euro	392,00 Euro	314,00 Euro
3	346,00 Euro	334,00 Euro	256,00 Euro
4	-	-	-