

Thalasso-Sportanimation 2023

bis 10. September 2023



Tag	Zeit	Ort	Kurs	Beschreibung
Montag	10 Uhr	Westbad	ThalassoSport	<i>Richte dich auf!</i> Gymnastik- und Kräftigungsübungen direkt an der Brandungszone
	11 Uhr	Westbad	ThalassoRelax	<i>Atme mal wieder richtig durch!</i> Dehnen, Atmen, Entspannen-Kraft und Erholung für den ganzen Körper
Donnerstag	10 Uhr	Westbad	ThalassoSport	<i>Richte dich auf!</i> Gymnastik- und Kräftigungsübungen direkt an der Brandungszone
	11 Uhr	Westbad	ThalassoRelax	<i>Atme mal wieder richtig durch!</i> Dehnen, Atmen, Entspannen-Kraft und Erholung für den ganzen Körper
Sonntag	10 Uhr	Westbad	ThalassoSport	<i>Richte dich auf!</i> Gymnastik- und Kräftigungsübungen direkt an der Brandungszone
	11 Uhr	Westbad	ThalassoRelax	<i>Atme mal wieder richtig durch!</i> Dehnen, Atmen, Entspannen-Kraft und Erholung für den ganzen Körper

Dauer einer Einheit: bis zu 45 Minuten. Treffpunkt ist die Badehalle am Weststrand.
Umkleiden und Duschen stehen am Strand und in der Badehalle bereit.
Dieses Angebot ist eine kostenlose Leistung der NorderneyCard. Änderungen sind wetterbedingt vorbehalten.