

Meer weten?

Voor meer informatie kun je natuurlijk altijd terecht bij:

Zwembad Meekenesch

Telefoon: 0544 - 37 10 00

Kerkhoflaan 5

E-mail: info@meekenesch.nl

7131 TE Lichtenvoorde

www.meekenesch.nl



Volg ons op Instagram



En like ons op Facebook

Lichtenvoorde, maart 2020

Aan de inhoud van deze folder
kunnen geen rechten worden ontleend.



AquaVaria

Als je van afwisseling houdt!

AquaVaria

AquaVaria in het Meekenesch

Wil je beter leren zwemmen en je conditie op peil houden of verbeteren? En dat ook nog in gezellige sfeer zowel in als buiten het water. Dan is AquaVaria echt iets voor jou. Man of vrouw, jong of oud, iedereen is van harte welkom!

Lekker gevarieerd

AquaVaria is een combinatie van zwemtrainingen, zwemvaardigheden, AquaJogging en Aquarobic.

Zwemslagen worden aangeleerd of verbeterd. En, niet onbelangrijk: We werken aan je conditie. Spierversterkende oefeningen en verbeteren van je uithoudingsvermogen en dat geen les hetzelfde. Voor een gewoon fit en lekker gevoel. Niet alleen in, maar ook buiten het water!

Denk nu niet, dat kan ik niet, mijn conditie is beneden alle peil. De lessen worden aangepast aan de deelnemers, dus ook aan jou. We zwemmen onder het motto: "Niks moet en veel mag".

Gezellig

We staan voor een bruisend en gezellig Meekenesch niet alleen in de les maar ook daarbuiten. Daarom staat na elke les de koffie klaar voor wie daar zin in heeft. Gewoon nog even gezellig nakletsen. Ook belangrijk!

Wanneer?

AquaVaria wordt gegeven op:

woensdag 18.45 - 19.30 uur

donderdag 21.15 - 22.00 uur

Kom gewoon een keer meedoen!

Lijkt het je iets, of wil je kijken of het iets voor je is? Je komt gewoon een keer gratis en vrijblijvend meedoen. Dan kun je zelf ervaren of AquaVaria bij jou past!

