



AquaFitness startete am 16. Mai

Als kostenfreier Extra-Service der Stadtwerke Schlitz wird für die Gäste des Freibades in diesem Jahr wieder einmal wöchentlich, immer mittwochs von 18:00 bis 18:45 Uhr, ein AquaFitnesskurs angeboten. Eine Anmeldung ist hierfür nicht erforderlich und man kann auch ganz spontan einsteigen. Jeder kann bei diesem gelenkschonenden Ganzkörpertraining zur Steigerung der Ausdauer und Beweglichkeit mitmachen, egal, ob Schwimmer oder Nichtschwimmer und egal, ob Alt oder Jung. Gehen, Joggen, Kicken, Hüpfen und verschiedene Armbewegungen gehören zu den Basisbewegungen der Übungen im Wasser.

Anja Rippl, kaufmännische Betriebsleiterin der Stadtwerke, AquaFitness-Trainer Stefan Petrasch (Trainer im Fit4Life in Schlitz-Hutzdorf) und Bademeister Uwe Gabler freuten sich sehr darüber, dass einige Sportbegeisterte trotz regnerischem Wetter beim Kurs-Start am 16. Mai mitmachten und hoffen auf viel Sonnenschein bei den kommenden Terminen.

Die Stadtwerke Schlitz wünschen allen Teilnehmern viel Spaß und eine tolle Badesaison 2018!

