

Kursplan Sole-Therme Otterndorf Herbstferien

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | |
|--------|---|--------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|---|-------------------------------------|----------------------------------|
| 7 Uhr | | | | Fit in den Tag | | | |
| 8 Uhr | | | | | | | |
| 9 Uhr | | | | | | | |
| 10 Uhr | Schwimmkurs 1 10.00 - 10.45 | Schwimmkurs 1 10.00 - 10.45 | Schwimmkurs 3 10.00-10.45 | Schwimmkurs 3 10.00-10.45 | Schwimmkurs 1 10.00 - 10.45 | Schwimmkurs 3 10.00 - 10.45 | |
| 11 Uhr | Schwimmkurs 2 11.00-11.45 | Schwimmkurs 2 11.00-11.45 | Schwimmkurs 4 11.00-11.45 | Schwimmkurs 4 11.00-11.45 | Schwimmkurs 2 11.00-11.45 | Schwimmkurs 4 11.00-11.45 | |
| | Seniorenwasser- gymnastik 11.15 - 12.00 * | | | | | | |
| 12 Uhr | | | | | | | |
| 13 Uhr | | | | | | | |
| 14 Uhr | | | | | | | |
| 15 Uhr | | | | | | | |
| 16 Uhr | | | | | | | |
| 17 Uhr | Schwimmkurs TSV 17.15 - 18.00 | Aquaback 17.30 - 18.15 | Diabetiker 16.45 -17.30 | Schwimmkurs DLRG 17.45 - 18.30 | Seniorenwasser- gymnastik 17.00 - 17.45 * | Schwimmkurs TSV 17.15 - 18.00 | Wassergymnastik 16.30-17.15 * |
| 18 Uhr | TSV (2 Bahnen) 18.30 - 20.00 | Aquaback 18.30 - 19.15 | Wassergymnastik 18.30 - 19.15 * | DLRG (2 Bahnen) 18.30 - 19.15 | | Wassergymnastik 17.30-18.15 * | |
| 19 Uhr | Aquabike 19.15 - 20.00 | | | | | | |
| 20 Uhr | Aquabike 20.15 - 21.00 | Triathlon TSV 20.30 - 21.30 | | | | | |

Agenda:

| |
|-------------------------------|
| Kurse im Kursbecken |
| Kurse im Nichtschwimmerbecken |
| Kurse im Schwimmerbecken |

 * Offene Wassergymnastik