

- [Wellenspiel Freizeitbad Meißen](#)
- Kurse



## Aqua-Jogging

**Gelenkschonendes Fitnessprogramm im tiefen Wasser, positive Auswirkungen auf das Herz-Kreislauf-System und Stärkung der konditionellen Fähigkeiten.**

[zum Kurs](#)



## Kinderschwimmkurs

**Anfängerschwimmkurs ab 5 Jahre unter fachspezifischer Anleitung, Erlernen der Grundfertigkeiten im Wasser. Holt euch das Seepferdchen!**

[zum Kurs](#)



## **Babysauna**

**Spielend das Saunabaden in der Gruppe erlernen, Verbesserung der Abwehrkräfte und schonende Verbesserung des Herz - Kreislauf - System ihres Kleinkindes.**

[zum Kurs](#)



## **Babyschwimmkurs**

**Babyschwimmen fördert die körperliche und geistige Entwicklung Ihres Kindes. Durch die vielfältigen Erlebnismöglichkeiten im Wasser wird die Bewegungswelt erweitert**

[zum Kurs](#)



## **Erwachsenen-Schwimmkurs**

**Sie können noch nicht schwimmen oder haben es wieder verlernt, dann wagen Sie es jetzt mit einem Erwachsenenschwimmkurs im Freizeitbad.**

[zum Kurs](#)



## **Wassergymnastik**

**Gelenkentspannende Bewegung im Flachwasser zur Verbesserung der Beweglichkeit unter fachlicher Anleitung.**

[zum Kurs](#)



## **Meerjungfrauen-Schwimmkurs**

**Taucht ein in die wundervolle Unterwasser-Welt. Egal ob Junge, Mädchen, Groß oder Klein - ausgerüstet mit einem Nixen-Kostüm lernt ihr elegant und anmutig**

**durchs Wasser zu gleiten.**

[zum Kurs](#)