

# Aqua Jogging für jedermann

## Wassertraining

Aquajogging ist eine beliebte Sportart für jung und alt und ein besonders wirksames und gelenkschonendes Training mit höchster Effizienz. Es fördert Ihre Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft und Koordination.

Während den Sommerferien für jedermann ohne Voranmeldung, Unkostenbeitrag CHF 5.-

Daten: Dienstag 8.Juli, 15.Juli und 22.Juli 2025

Zeit : 12.00 - 12.45 Uhr

**Leitung:** Beatrice Kuratli

**Ort:** Hallenbad Schlossbadi Frauenfeld

### Auskunft

#### **Rheumaliga Thurgau**

Holzäckerlistrasse 11b  
8280 Kreuzlingen  
Tel. 071 688 53 67  
[www.rheumaliga.ch/tg](http://www.rheumaliga.ch/tg)  
[info.tg@rheumaliga.ch](mailto:info.tg@rheumaliga.ch)



**Rheumaliga Thurgau**  
Bewusst bewegt