

## Wassergymnastik

Geschrieben von: Administrator

Dienstag, den 24. März 2015 um 00:00 Uhr - Aktualisiert Dienstag, den 24. März 2015 um 09:46 Uhr

---

Wassergymnastik, ein Ableger der Gymnastikabteilung, wird seit 2005 durch die SG Schwartautal angeboten.

Übungszeiten sind **jeweils Mittwochs von 19:30 Uhr bis 20:30 Uhr** (2 separate Gruppen). Die Gruppen üben im Bewegungsbad des Sankt Elisabethkrankenhauses Eutin.

11 Mitglieder der Gymnastikabteilung sind auch im Wasser aktiv. Wassergymnastik ist besonders schonend für den Bewegungsapparat und bietet sich für jeden an, der einen stabilen Kreislauf hat.

Wenn Sie interessiert sind, nehmen Sie Kontakt auf. Durch die geringe Wassertiefe sind auch Nichtschwimmer angesprochen.

Falls Sie Zweifel an Ihrer Gesundheit haben, sollten Sie zur Sicherheit Ihren Hausarzt befragen.