



jeden Mittwoch,
8.00 – 13.00 Uhr

Weiterhin bieten wir:

- Gradierwerke
- natürliche Mineralsole
- Textilsauna
- Riesenrutsche „Crazy Light“
- Anmietung von Sport- und Gymnastikräumen
- verschiedene Wassergymnastikkurse
- Baby-Schwimmen
- Seniorenschwimmen
- Schnupperangebote
- Kinderbetreuung (lifeline)
- Geschenkgutscheine
- besondere Gruppen- und Kurstarife
- Massage (klassisch sowie Wellness)
- kostenlose Parkplätze

Infos unter 06441 807100 oder www.laguna-asslar.de

Wir sind aktiv dabei! Der Laguna Senientag

„WIR GENIEßEN DAS ABWECHSLUNGSREICHE SPORTANGEBOT SOWIE DIE FAMILIÄRE ATMOSPHÄRE. DER SENIOREN GESUNDHEITSTAG IST EINE ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER UND GEIST.“



Aktiv sein in der Gemeinschaft macht Spaß.

Durch den Laguna-Senioren-Gesundheitstag eröffnet sich für Sie die Möglichkeit, jeden Mittwoch, von 8.00 bis 13.00 Uhr, sportlich aktiv zu werden.

In unterschiedlichen Übungsgruppen können Sie sich mit Personen derselben Altersgruppe fit halten. Unser fachlich qualifiziertes Personal wird Sie in den verschiedenen Kursen intensiv betreuen. Die Reihenfolge der Kurse ist frei wählbar. Diese finden im und außerhalb des Wassers statt und fördern nicht nur die Beweglichkeit, sondern auch die Entspannung.

Wir bieten Ihnen ein umfangreiches, zielgruppengerechtes Programm mit überschaubaren Gruppengrößen (max. 15 Personen) sowie eine herzliche, familiäre Atmosphäre.

Die Teilnahmegebühr beträgt nur 12,- €.

Besuchen Sie uns und überzeugen Sie sich selbst von dem vielfältigen Angebot, denn es ist nie zu spät sein Wohlbefinden zu fördern.

Rücken-
gymnastik

Fitness-
Radeln

Atem-
Gymnastik

Sitz-
Gymnastik

Wasser-
gymnastik

Entspannungs-
gymnastik

