



Pressemitteilung

Pressereferat

der Landeshauptstadt Wiesbaden
Schlossplatz 6 · 65183 Wiesbaden
E-Mail: pressereferat@wiesbaden.de
<http://www.wiesbaden.de/presse>

8. August 2014

Sport, Gesundheit, Homepage, Mattiaqua

Präventionskurs „Aqua Rückenfit“ im Thermalbad Aukammtal

Ab Montag, 11. August, kann der Präventionskurs „Aqua Rückenfit“ im Thermalbad Aukammtal, Leibnizstraße 7, gebucht werden. Dieser startet im Oktober.

Der Kurs mit acht Einheiten beginnt im Juli und kostet 137 Euro, darin enthalten sind die Kursgebühr und der Eintrittspreis in das Thermalbad. Das besonders gelenkschonende 45-minütige Training im Wasser unterliegt einem festen Konzept und ist für alle Altersklassen geeignet. Das temperierte Thermalwasser mit circa 32 Grad Celsius regt den Kreislauf sowie das Immun- und Nervensystem an. Gleichzeitig löst es Verspannungen und trägt zu einem besseren Wohlbefinden bei.

Die gesetzlichen Krankenkassen gewähren einen Zuschuss von bis zu 80 Prozent, wenn man an einem Präventionskurs wie „Aqua Rückenfit“ teilnimmt. Dieser Kurs unterliegt strengen, gesetzlichen Auflagen an Anbieter, Kursleiter und Räumlichkeiten. Die Leiter sind stattlich geprüfte Gymnastiklehrerinnen oder Physiotherapeutinnen mit der Zusatzausbildung Aquafitness. Voraussetzung für die Bezuschussung durch die gesetzliche Krankenkasse ist eine mindestens 80-prozentige Teilnahme. Die genaue Höhe des Zuschusses muss bei der Krankenkasse erfragt werden.

Interessierte können sich für verschiedene Kurse anmelden. Sie beginnen am Samstag, 4. Oktober, 11.30 und 12.15 Uhr, Montag, 6. Oktober, 16 und 20.45 Uhr, sowie Dienstag, 7. Oktober, 20.15 Uhr, und laufen acht Mal hintereinander am selben Wochentag und zur

selben Uhrzeit. Bei der Anmeldung werden der Wochentag und die Uhrzeit festgelegt. Die maximale Teilnehmerzahl pro Kurs beträgt 15 Personen.

Die Anmeldung kann nur persönlich im Thermalbad erfolgen, wo die Kursgebühr direkt bezahlt werden muss. Weitere Informationen zu den Aktionen im Thermalbad Aukammtal gibt es im Internet unter <http://www.wiesbaden.de/mattiaqua> oder am Thermalbadempfang unter der Telefonnummer 0611 317080.

+++