



Pressemitteilung

Pressereferat

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

16. März 2015

Ältere Menschen, Gesundheit, Mattiaqua

Freie Plätze im Thermalbad Aukammtal

Ab April besteht im Thermalbad Aukammtal, Leibnizstraße 7, die Möglichkeit einen Präventionskurs „Aqua Rückenfit“ zu besuchen.

Die gesetzlichen Krankenkassen gewähren einen Zuschuss von bis zu 80 Prozent, wenn man an einem Präventionskurs wie zum Beispiel Aqua Rückenfit teilnimmt. Dieser Kurs unterliegt strengen, gesetzlichen Auflagen an Anbieter, Kursleiter und Räumlichkeiten. Die Kursleiter sind stattdoch geprüfte Gymnastiklehrerinnen oder Physiotherapeutinnen mit der Zusatzausbildung Aquafitness. Voraussetzung für die Bezuschussung des Kurses durch die gesetzlichen Krankenkassen ist eine mindestens 80-prozentige Teilnahme am Kurs.

Der Kurs mit acht Einheiten 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 bestens für alle Altersklassen geeignet. Das angenehm temperierte Thermalwasser mit circa 32 Grad Celsius regt den Kreislauf sowie das Immun- und Nervensystem an. Gleichzeitig löst das Thermalwasser Verspannungen und trägt zu einem besseren Wohlbefinden bei und spart Kosten.

Nachfolgende Kurstermine können noch gebucht werden:

Samstag, 11. April, um 11.30 und 12.15 Uhr, sowie Montag, 13. April, 16 und 20.45 Uhr.

Die jeweiligen Kurse laufen acht Mal hintereinander am selben Wochentag und zur selben Uhrzeit. Es muss sich bei der Anmeldung auf einen Wochentag festgelegt werden, da die

maximale Teilnehmerzahl pro Kurs 15 Personen beträgt.

Die Anmeldung kann nur persönlich im Thermalbad erfolgen und muss dort auch direkt bezahlt werden. Weitere Informationen zu den Aktionen im Thermalbad Aukammtal gibt es im Internet unter www.wiesbaden.de/mattiaqua oder direkt am Thermalbad-Empfang, Telefon 0611 317080.

+++