

**Geschäftsstelle  
Büro- und Telefonzeiten**

Telefon 041 610 76 09  
Montag bis Freitag  
08.00 - 11.30 Uhr

**Beratungsstelle  
Büro- und Telefonzeiten**

Telefon 041 610 25 24 und  
Telefon 041 610 25 62  
Montag bis Donnerstag  
08.00 - 10.00 Uhr  
oder nach Vereinbarung



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER



Partnerin der Pro Senectute Nidwalden



Pro Senectute Nidwalden  
Nägeligasse 25  
6370 Stans

Telefon 041 610 76 09  
Spendenkonto CH34 0077 9000 1282 0110 0

info@nw.prosenectute.ch  
www.nw.prosenectute.ch



**Aquafit**  
im Strandbad Stansstad

**Nidwalden**

# AquaFit im Strandbad Stansstad

Schätzen Sie Gymnastik im Freien ebenso wie das angenehm warme Wasser? Im geheizten Pool des Strandbades Stansstad können Sie beides verbinden. Regelmäßiges Training im Wasser ist gesundheitsfördernd, kreislaufanregend und die Muskulatur stärkend. Spielerisch verbessern Sie Ihre Beweglichkeit. Durch den Auftrieb im Wasser schonen Sie Ihre Gelenke und entlasten Ihre Wirbelsäule.

## Datum

Donnerstag, 4. Mai bis 14. September 2023  
Keine Lektionen während den Schulferien

## Zeit

09.00—09.45 Uhr

Der Kurs wird bei jeder Witterung,  
außer bei Blitz und Donner, durchgeführt.

## Ort

Strandbad Stansstad  
geheiztes Schwimmbad

## Leitung

Jolanda Odermatt, Stansstad  
Expertin Erwachsenensport esa  
Telefon 079 473 93 06

## Daten

4./11./25. Mai  
1./15./22./29. Juni  
6. Juli  
24./31. August  
7./14. September

## Kosten

CHF 135.00 Eintritt Strandbad nicht darin enthalten.

## Anmeldung

Pro Senectute Nidwalden  
Postfach  
6370 Stans  
Telefon 041 610 76 09  
info@nw.prosenectute.ch

Programm auch unter  
[www.nw.prosenectute.ch/de/  
freizeit/bewegung-sport](http://www.nw.prosenectute.ch/de/freizeit/bewegung-sport)

## Anmeldung

### AquaFit im Strandbad Stansstad

4. Mai bis 14. September 2023  
(12 Lektionen / keine Lektionen während den Schulferien)

### Name/Vorname

.....

### Adresse

.....

### PLZ/Ort

.....

### Telefon

.....

### Geb.-Datum

.....

### Spezielles

Aufgrund eines neuen Kassen-Systems, muss der **Eintrittspreis beim Eingang der Badi separat bezahlt** und kann nicht mehr in die Kurskosten eingerechnet werden.

- Ich nehme meinen eigenen Wasserfitness-Gurt mit
- Ich besitze keinen eigenen Gurt

### Datum

.....

### Unterschrift

.....