

- [Wellenspiel Freizeitbad Meissen](#)
- Kurse im Wellenspiel



Aqua-Jogging

10-facher gelenkschonendes Fitnessprogramm im tiefen Wasser, positive Auswirkungen auf das Herz – Kreislauf – System und Stärkung der konditionellen Fähigkeiten.

[zum Kurs](#)



Kinderschwimmkurs

Anfängerschwimmkurs ab 5 Jahre unter fachspezifischer Anleitung, Erlernen der Grundfertigkeiten im Wasser. Holt euch das Seepferdchen!

[zum Kurs](#)



Babysauna

Spielend das Saunabaden in der Gruppe erlernen, Verbesserung der Abwehrkräfte und schonende Verbesserung des Herz - Kreislauf - System ihres Kleinkindes.

[zum Kurs](#)



Babyschwimmkurs

Babyschwimmen fördert die körperliche und geistige Entwicklung Ihres Kindes. Durch die vielfältigen Erlebnismöglichkeiten im Wasser wird die Bewegungswelt erweitert

[zum Kurs](#)



Erwachsenen-Schwimmkurs

Sie können noch nicht schwimmen oder haben es wieder verlernt, dann wagen Sie es jetzt mit einem Erwachsenenschwimmkurs im Freizeitbad.

[zum Kurs](#)



Wassergymnastik

Gelenkentspannende Bewegung im Flachwasser zur Verbesserung der Beweglichkeit unter fachlicher Anleitung.

[zum Kurs](#)



Aqua-Fitness und Ernährungsberatung

Ernährungsberatung und Fitnessprogramm unter fachlicher Anleitung, gut beraten und aktiv bewegt. Bewegungseinheiten finden im Flachwasser und Tiefwasser statt.

[zum Kurs](#)



Meerjungfrauen-Schwimmkurs

Taucht ein in die wundervolle Unterwasser-Welt. Egal ob Junge, Mädchen, Groß oder Klein - ausgerüstet mit einem Nixen-Kostüm lernt ihr elegant und anmutig durchs Wasser zu gleiten.

[zum Kurs](#)