

Wanneer

begin: 10:00, einde: 11:00, herhalend:
wekelijks op maandag woensdag ,

Duur

1 uur 0 minuten

Kosten

Losse les €5,70

Adres

Pierre de Coubertinplein 4 1362LB
Almere

Website

www.optisport.nl/almerepoort

Contact

e-mail: [almerepoort-
receptie@optisport.nl](mailto:almerepoort-receptie@optisport.nl)

telefoonnummer: [+310365405346](tel:+310365405346)

[Klopt er iets niet met deze activiteit?](#)

Aquasport

Combinatie van gymnastiek, aerobics en fitness in
(meestal heup- tot borstdiep water ter verbetering van
de conditie en versterking van de spieren. Er zijn
verschillende vormen van aquasport zoals:

- Aquasteps
- Aqua Aerobics
- Aqua Balance
- Aquajoggen
- Hydrospinning
- Aqua'Vitaal