



Kursprogramm

Service-Hotline 0 18 03 / 10 20 20
(0,09 €/Min. aus dem dt. Festnetz, max. 0,42 €/Min. aus den Mobilfunknetzen)

www.berlinerbaederbetriebe.de

- Babyschwimmen
- Schwimmkurse
- Aqua-Fitness

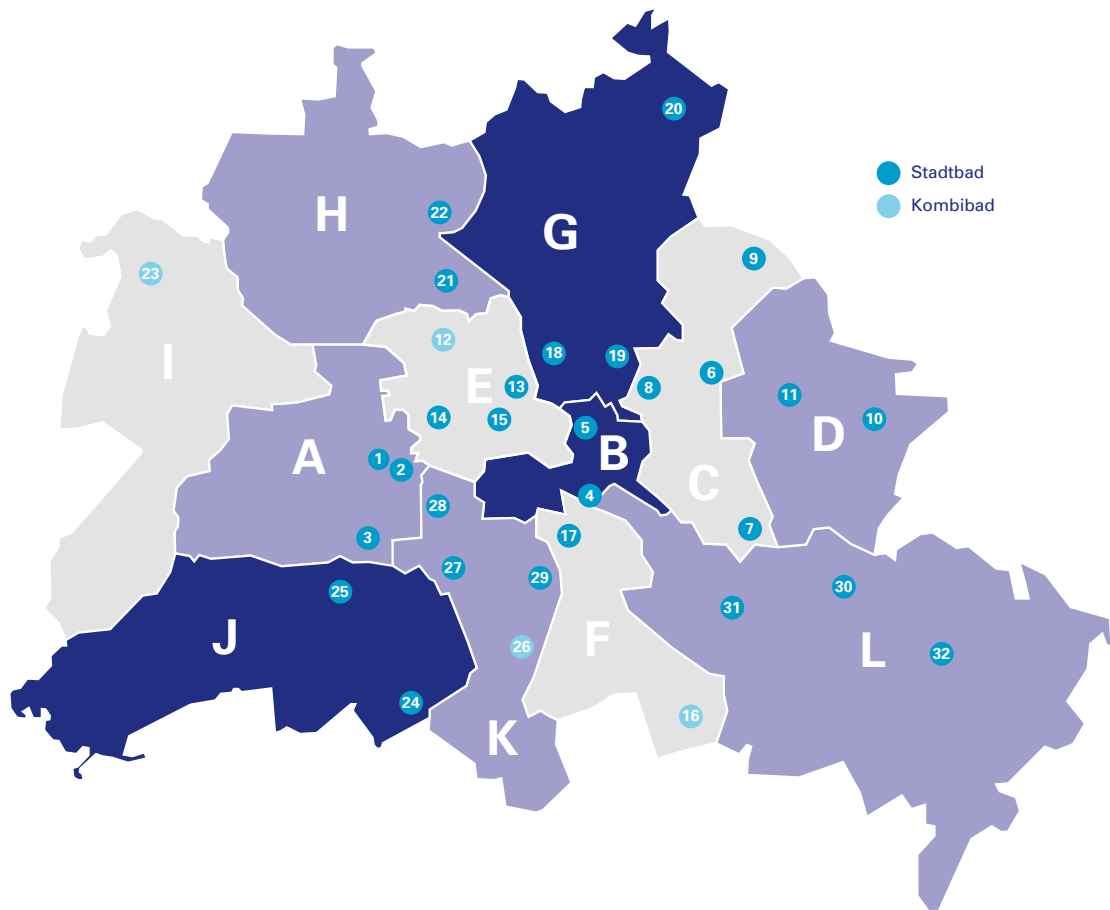
Liebe Gäste,

mit dieser Broschüre stellen wir Ihnen unser umfangreiches Kursprogramm für das erste Halbjahr 2011 vor. Hier finden Sie alle Hinweise über die Babyschwimmkurse, den Schwimmunterricht, die Aqua-Fitness- und Wassergymnastik-Kurse sowie weitere interessante Angebote der Berliner Bäder-Betriebe. Beachten Sie unsere Aqua-Fitness-Gesundheitskurse, die allen neu Interessierten eine gute Möglichkeit für eine regelmäßige und gesunde sportliche Betätigung bieten.

Viele andere nützliche Hinweise und Informationen zu den Bädern runden den Überblick ab. Kurzfristige Maßnahmen, die eventuell zur Änderung des Kursprogramms führen, konnten bei der Drucklegung der Broschüre nicht berücksichtigt werden. Wir bitten um Ihr Verständnis. Viel Spaß beim Stöbern.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Ihre Berliner Bäder-Betriebe



**A CHARLOTTENBURG
WILMERSDORF**

- 1 Stadtbad Charlottenburg (Alte Halle)
- 2 Stadtbad Charlottenburg (Neue Halle)
- 3 Stadtbad Wilmersdorf

**B FRIEDRICHSHAIN
KREUZBERG**

- 4 Bad am Spreewaldplatz
- 5 Schwimmhalle Holzmarktstraße

**C LICHTENBERG
HOHENSCHÖNHAUSEN**

- 6 Schwimmhalle Anton-Saefkow-Platz
- 7 Schwimmhalle Sewanstraße
- 8 Schwimmhalle im Sportforum Hohenschönhausen
- 9 Schwimmhalle Zingster Straße

**D MARZAHN
HELLERSDORF**

- 10 Schwimmhalle Kaulsdorf
- 11 Schwimmhalle am Helene Weigel Platz

E MITTE

- 12 Kombibad Seestraße
- 13 Stadtbad Mitte
- 14 Stadtbad Tiergarten
- 15 Schwimmhalle Fischerinsel

F NEUKÖLLN

- 16 Kombibad Gropiusstadt
- 17 Stadtbad Neukölln

G PANKOW

- 18 Schwimmhalle Ernst-Thälmann-Park
- 19 Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark
- 20 Schwimmhalle Buch

H REINICKENDORF

- 21 Paracelsus-Bad
- 22 Stadtbad Märkisches Viertel

I SPANDAU

- 23 Stadtbad Spandau-Nord

J STEGLITZ-ZEHLENDORF

- 24 Stadtbad Lankwitz
- 25 Schwimmhalle Hüttenweg

**K TEMPELHOF
SCHÖNEBERG**

- 26 Kombibad Mariendorf
- 27 Sport- und Lehrschwimmhalle Schöneberg
- 28 Stadtbad Schöneberg
- 29 Stadtbad Tempelhof

**L TREPTOW
KÖPENICK**

- 30 Kleine Schwimmhalle Wuhlheide
- 31 Schwimmhalle Baumschulenweg
- 32 Schwimmhalle Allendeviertel

	Informationen	Babyschwimmen	Schwimmkurse	Aqua-Fitness
	Seite	Seite	Seite	Seite
INFORMATIONEN	Kursgebühren und Teilnahmebed.	8		
	Jahresübersicht 2011	27		
	Informationen Babyschwimmen	12		
	Informationen Schwimmkurse	22		
	Informationen Aqua-Fitness und Wassergymnastik	48		
CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF	Stadtbad Charlottenburg (Alte Halle)			50
	Stadtbad Charlottenburg (Neue Halle)		28	50
	Stadtbad Wilmersdorf		28	52
FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG	Bad am Spreewaldplatz		30	52
	Schwimmhalle Holzmarktstraße		32	54
LICHTENBERG-HOHENSCHÖNHAUSEN	Schwimmhalle Anton-Saefkow-Platz		32	54
	Schwimmhalle Sewanstraße		32	54
	Schwimmhalle Zingster Straße	14	34	54
	Schwimmhalle im Sportforum Hohenschönhausen			56
MARZAHN-HELLERSDORF	Schwimmhalle »Helmut Behrendt«		34	56
	Schwimmhalle Kaulsdorf		34	56
MITTE	Kombibad Seestraße	14	36	58
	Stadtbad Tiergarten		36	58
	Stadtbad Mitte		36	60
	Schwimmhalle Fischerinsel			60
NEUKÖLLN	Stadtbad Neukölln		36	60
	Kombibad Gropiusstadt	<i>Aktuelles Angebot bitte unter der Service-Hotline erfragen.</i>		
PANKOW	Schwimmhalle Ernst-Thälmann-Park		38	62
	Schwimmhalle Buch	20	38	62
	Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark	16	40	62
REINICKENDORF	Stadtbad Märkisches Viertel			68
	Paracelsus-Bad		42	70
SPANDAU	Stadtbad Spandau-Nord		42	72
STEGLITZ-ZEHELNDORF	Stadtbad Lankwitz		44	74
	Schwimmhalle Hüttenweg		46	74
TEMPELHOF-SCHÖNEBERG	Kombibad Mariendorf		46	76
	Sport- und Lehrschwimmhalle Schöneberg		48	76
	Stadtbad Tempelhof			76
TREPTOW-KÖPENICK	Kleine Schwimmhalle Wuhlheide	20	48	
	Schwimmhalle Baumschulenweg		48	78
	Schwimmhalle Allendeviertel		48	78

Weitere Informationen unter

Service-Hotline: 01803/10 20 20

(0,09 €/Min. aus dem dt. Festnetz, max. 0,42 €/Min. aus den Mobilfunknetzen)

Internet: www.berlinerbaederbetriebe.de

Anmeldungen bitte direkt an den Kassen der Bäder.

Die Adressen der Bäder sind auf den jeweiligen Seiten angegeben.

Impressum

Herausgeber:

Berliner Bäder-Betriebe
Sachsendamm 2-4 | 10829 Berlin
Telefon: 030 / 787 32 - 5
www.berlinerbaederbetriebe.de

Gesamtherstellung:

dewea - Deutsche Werbeagentur GmbH
Eichenstr. 3b | 12435 Berlin
Telefon: 030 / 81 87 31 10
www.dewea.de

TEILNAHMEBEDINGUNGEN UND KURSgebÜHREN

Baby- und Kleinkinderschwimmen

Das Baby- und Kleinkinderschwimmen wird in Kursen mit max. 12 Teilnehmern durchgeführt. Eine Unterrichtsstunde umfasst 30 Minuten. Die Kursgebühr und der Eintritt gilt für einen Erwachsenen mit einem Kleinkind (4 Monate bis 4 Jahre).

Babys und Kleinkinder bis zum dritten Lebensjahr müssen zur Vorbeugung von Wasserverunreinigungen eine spezielle Aqua-Windel tragen! Diese Aqua-Windeln können an der Kasse des Bades für 7,50 Euro käuflich erworben werden. Alle Teilnehmer eines Babyschwimmkurses benötigen eine ärztliche Untersuchung (U2, U3 oder Schwimmtauglichkeitsattest).

Schwimmunterricht

Der Schwimmunterricht wird in Gruppen mit max. 10 Teilnehmern durchgeführt. Eine Unterrichtsstunde umfasst 45 Minuten. Alle Teilnehmer eines Kurses benötigen ein Schwimmtauglichkeitsattest. Die Abnahme von Schwimmprüfungen und die Ausstellung des Prüfungszeugnisses sind in der Kursgebühr enthalten.

Kurs	Unterrichtseinheiten/Dauer	Preis pro Einheit	Eintritt pro Einheit
Babyschwimmkurs (4 Monate bis 2 Jahre)	Anzahl variiert à 30 Min.	3,00 €	zzgl. 3,00 € 1 Erw. und 1 Kind
Eltern-Kind-Schwimmen (ab 2 – 4 Jahren)	Anzahl variiert à 30 Min.	3,00 €	zzgl. 3,00 € 1 Erw. und 1 Kind
Wassergewöhnungskurs (ab 4 Jahren)	Anzahl variiert à 30 Min.	3,00 €	zzgl. Eintritt ermäßigt
Schwimmunterricht (Kinder ab 5 Jahren/Schüler bis zum vollendeten 15. Lebensjahr)	Anzahl variiert à 45 Min.	3,00 €	zzgl. Eintritt ermäßigt
Schwimmunterricht Fortgeschrittene (Voraussetzung ist die be- standene Seepferdchenprüfung)	Anzahl variiert à 45 Min.	3,00 €	zzgl. Eintritt ermäßigt
Schwimmunterricht Erwachsene (ab vollendetem 15. Lebensjahr)	Anzahl variiert à 45 Min.	3,50 €	zzgl. Eintritt
Ferierschwimmkurs	15 Unterrichtseinheiten	65,00 €	inkl. Eintritt

Einzel- / Kleingruppenschwimmunterricht

Der Einzelschwimmunterricht kann inhaltlich, örtlich und zeitlich dem Kundenwunsch angepasst werden. Bei Interesse für den Einzelunterricht rufen Sie bitte folgende Telefonnummer an: Abt. Marketing/Kurssysteme 030 - 78 73 26 43/44.

Schwimmprüfungen

Schwimmprüfungen ohne vorherigen Schwimmunterricht: pro Person 5,00 €. Termine bitte in Ihrem Wunschbad erfragen.

Kurszeiten	Dauer	Preis pro Einheit	Eintritt pro Einheit
Nach Vereinbarung 1 Person	à 45 Min.	35,00 €	inkl. Eintritt
Nach Vereinbarung 2 Personen	à 45 Min.	50,00 €	inkl. Eintritt
Nach Vereinbarung 3 Personen	à 45 Min.	65,00 €	inkl. Eintritt

Aqua-Fitness/Wassergymnastik

Die Aqua-Fitness- und Wassergymnastik-Kurse finden als offene und geschlossene Kurse statt. Bei den offenen Kursen werden die Kursgebühren und der Eintritt unmittelbar vor dem Kursstundenbeginn bezahlt. Für die geschlossenen Kurse ist die Kursgebühr im Voraus zu entrichten.

Eine Unterrichtsstunde umfasst 45 Minuten. Die Unterrichtszeit bei der Wassergymnastik kann zwischen 30 und 45 Minuten betragen. Allen Kursteilnehmern wird eine regelmäßige sportärztliche Untersuchung empfohlen!

Kurs	Unterrichtseinheiten/Dauer	Preis pro Einheit	Eintritt pro Einheit
Aqua-Fitness/Wassergymnastik (offener Kurs)	à 45 Min.	3,50 €	zzgl. Eintritt
Aqua-Fitness/Wassergymnastik (geschlossenen Kurs)	à 45 Min.	3,00 €	zzgl. Eintritt
Wassergymnastik (offener Kurs)	Anzahl variiert à 30 Min.	2,00 €	zzgl. Eintritt
Wassergymnastik (geschlossenen Kurs)	Anzahl variiert à 45 Min.	3,00 €	zzgl. Eintritt
Gesundheitskurs (geschlossenen Kurs)	Anzahl variiert à 45 Min.	4,00 €	zzgl. Eintritt

Der Unterricht wird von ausgebildeten Fachkräften durchgeführt. Betriebsbedingte Abweichungen (Urlaub und Krankheit etc.) bleiben vorbehalten.

Für alle Kurse gilt:

Mit der Anmeldung oder Teilnahme werden diese Geschäftsbedingungen akzeptiert.

1. Es gilt die Haus- und Badeordnung.
2. Den Anweisungen des Kursleiters und des Aufsichtspersonals ist Folge zu leisten.
3. Die Berliner Bäder-Betriebe übernehmen keine Haftung für gesundheitliche Risiken. Von der Risikofreiheit hat sich jeder Kursteilnehmer (bzw. die erziehungsberechtigten Personen) selber zu überzeugen.
4. Die Berliner Bäder-Betriebe behalten sich Änderungen vor.
5. Kurse finden nur statt, wenn die Mindestteilnehmerzahl von 6 Personen erreicht wird.
6. Die Kurskarten sind nicht übertragbar.
7. Nicht wahrgenommene Kursstunden verfallen ersatzlos.
- 8.1 Babyschwimmkurse: Ihr Kind benötigt vor dem ersten Babyschwimmkurs die ärztliche U2- oder U3-Untersuchung.
- 8.2 Schwimmkurse: Alle Teilnehmer eines Kurses benötigen ein Schwimmtauglichkeitsattest.
- 8.3 Aqua-Fitness- und Wassergymnastik-Kurse: Wir empfehlen Ihnen für die Teilnahme an den Kursen eine regelmäßige sportärztliche Untersuchung.

Bitte beachten Sie unsere Öffnungs- und Schließzeiten. Der Vorverkauf in den Hallen mit einer technischen Schließzeit wird mit Öffnung der Halle fortgesetzt.

Weitere Fitnessangebote

Neben unseren Schwimm- und Aqua-Fitness/Wassergymnastik-Kursen bieten wir Ihnen im Paracelsus Bad und im Stadtbad Mitte weitere Fitness-Angebote, wie z. B. Aerobic, Yoga, Rückenfitness und Allgemeines Konditionstraining an.

Eltern- und Kindturnen	à 30 Minuten	3,00 €
Eltern- und Kindturnen	à 45 Minuten	4,00 €
Fitnesstraining	à 45 Minuten	4,00 €

Anmeldefristen

für alle Kurse A: ab dem 8. November 2010

für alle Kurse B: ab dem 7. Februar 2011

INFORMATIONEN BABYSCHWIMMEN

Spaß im Wasser...von Anfang an

Die Bewegung im Wasser macht Spaß und fördert die Gesundheit und die Entwicklung Ihres Kindes. Im Mittelpunkt unseres Baby- und Kleinkindschwimmens steht die Freude des Kindes und der Eltern am Aufenthalt im Wasser.

In engem Kontakt mit den Eltern wird das Baby spielerisch an das Wasser gewöhnt. Durch wiederholtes Üben lernt Ihr Kind, seine Bewegungen im Wasser zu koordinieren, sein Selbstbewusstsein zu stärken und seinen Aktionsradius zu vergrößern. Nach einiger Zeit ist Ihr Kind in der Lage, Ziele im Wasser anzusteuern.

Babyschwimmen – Wofür ist Babyschwimmen gut?

Regelmäßig durchgeführtes Babyschwimmen fördert die körperliche, motorische und psychische Entwicklung Ihres Kindes. Durch die physikalischen Eigenschaften des Wassers wie Auftrieb, spezifischer Druck und Widerstand wird das Herz-Kreislauf-System angeregt. Die Lungenfunktion und der Stütz- und Bewegungsapparat Ihres Kindes werden frühzeitig gestärkt. Durch das »schwerelose« Planschen und Strampeln im Wasser erlernt das Baby erste Formen der Fortbewegung, noch ehe es an Land dazu fähig ist. Der Gleichgewichtssinn, die Bewegungsfähigkeit und die Geschicklichkeit Ihres Kindes werden geschult. Durch dieses besondere gemeinsame Erlebnis wird dem Kind Vertrauen, Sicherheit und Geborgenheit vermittelt und die Eltern-Kind-Beziehung dadurch noch intensiver.

Ein guter Start

Babyschwimmen ist also ein vielseitiges, frühkindliches Förderprogramm.

Ab wann kann ich zum Babyschwimmen gehen?

Der richtige Zeitpunkt für den Beginn des Babyschwimmens ist in hohem Maße von der individuellen Entwicklung Ihres Babys abhängig. Grundsätzlich sollte das Kind bereits in der Lage sein, in der Bauchlage seinen Kopf nach dem Anheben einige Sekunden lang hochzuhalten. Das ist meist im Alter zwischen vier und fünf Monaten der Fall.

Wichtig ist auch, dass sich das Vertrauensverhältnis zwischen Eltern und Kind so weit gefestigt hat, dass ein gemeinsamer Ausflug in die ungewohnte Umgebung des Schwimmbades das Baby nicht überfordert.

Einige Tipps für die Vorbereitung Ihres ersten Schwimmbadbesuches

Die Vorbereitungen für den ersten Schwimmbadbesuch beginnen zu Hause. Ab dem Alter von vier Wochen kann ein gesundes Baby langsam an den Aufenthalt im Wasser gewöhnt werden. Die Wassertemperatur für die ersten Bäder in der Babybadewanne sollte bei 37° C liegen und dann über den Zeitraum von vier bis sechs Wochen in kleinen Schritten gesenkt werden. Wichtig ist, dass sich Ihr Baby vor dem ersten Schwimmbadbesuch an Wassertemperaturen um die 32° C gewöhnt hat.

Ab dem Alter von zehn Wochen, wenn die Babybadewanne zu eng geworden ist, kann das Kind zusammen mit den Eltern in der Badewanne zu Hause baden. Vor dem ersten Schwimmbadbesuch sollten Sie unbedingt Ihren Kinderarzt besuchen. Akute Erkrankungen schließen die Teilnahme aus. Fieber, Erkältungskrankheiten, ansteckende Haut- oder Kinderkrankheiten sowie Magen- und Darminfektionen müssen vor dem Schwimmbadbesuch völlig auskuriert werden. Vermeiden Sie Impftermine an den Tagen vor dem Babyschwimmen, da sie eine zusätzliche Belastung für Ihr Kind bedeuten.

Wenn Ihr Kind sorgfältig und behutsam in der beschriebenen Art und Weise auf den Schwimmbadbesuch vorbereitet wurde, kann das gemeinsame Badevergnügen losgehen.

Für das Babyschwimmen oder auch das Eltern-Kind-Schwimmen sollten Sie unbedingt eine Schwimmwindel besorgen, die Sie an der Kasse für 7,50 € erhalten können.

Eltern-Kind-Schwimmen

Bereits im Kindesalter von ungefähr 2 bis 4 Jahren können Ihr Kind und Sie die Freude am Wasser entdecken. Unabhängig davon, ob Sie bereits gemeinsam einen Babyschwimmkurs besucht haben oder nicht, ist es wichtig, sich mit der Wasserbewältigung auseinanderzusetzen. In dieser Lebensphase sind die Eltern die wichtigsten Bezugspersonen, und das Kind ist im Wasser auf Ihre Hilfe angewiesen.

Somit wird dem Kind in der neuen Umgebung ein Gefühl von Sicherheit gegeben. Mit unterschiedlichen Spielgeräten sollen die Kinder neue Bewegungsformen und die Freude am Wasser kennenlernen.

Anmeldefristen und Teilnahmebedingungen finden Sie auf den Seiten 10–11.

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Kurs A				Kurs B			
			Nr. A	Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
LICHTENBERG-HOHENSCHÖNHAUSEN										
Schwimmhalle Zingster Straße			S75 Hohenschönhausen, Metro M4, M5 Ahrenshooper Str., Zingster Str. 16, 13051 Berlin, Fon 70 71 82 60, Fon (Solarent) 9 28 61 60							
			Metro M17 Bus X54, 154, 256, 893 Prerower Platz							
Baby-Schwimmen (9-12 Monate)	Mo	09:15 - 09:45	BABY 1	03.01 - 21.02.2011	8	24,00 **	BABY 11	28.02 - 11.04.2011	7	21,00 **
Baby-Schwimmen (6-8 Monate)	Mo	09:50 - 10:20	BABY 2	03.01 - 21.02.2011	8	24,00 **	BABY 12	28.02 - 11.04.2011	7	21,00 **
Baby-Schwimmen (3-5 Monate)	Mo	10:25 - 10:55	BABY 3	03.01 - 21.02.2011	8	24,00 **	BABY 13	28.02 - 11.04.2011	7	21,00 **
Wassergewöhnung Eltern + Kind (1-2 Jahre)	Mo	15:45 - 16:15	BABY 4	03.01 - 21.02.2011	8	24,00 **	BABY 14	28.02 - 11.04.2011	7	21,00 **
Wassergewöhnung Eltern + Kind (1-2 Jahre)	Mo	16:15 - 16:45	BABY 5	03.01 - 21.02.2011	8	24,00 **	BABY 15	28.02 - 11.04.2011	7	21,00 **
Wassergewöhnung Eltern + Kind (3-4 Jahre)	Mo	17:00 - 17:30	BABY 6	03.01 - 21.02.2011	8	24,00 **	BABY 16	28.02 - 11.04.2011	7	21,00 **
Baby-Schwimmen (9-12 Monate)	Fr	09:30 - 10:00	BABY 7	07.01 - 25.02.2011	8	24,00 **	BABY 17	04.03 - 15.04.2011	7	21,00 **
Baby-Schwimmen (6-8 Monate)	Fr	10:05 - 10:35	BABY 8	07.01 - 25.02.2011	8	24,00 **	BABY 18	04.03 - 15.04.2011	7	21,00 **
Baby-Schwimmen (6-8 Monate)	Fr	10:40 - 11:10	BABY 9	07.01 - 25.02.2011	8	24,00 **	BABY 19	04.03 - 15.04.2011	7	21,00 **
Baby-Schwimmen (6-8 Monate)	Fr	11:15 - 11:45	BABY 10	07.01 - 25.02.2011	8	24,00 **	BABY 20	04.03 - 15.04.2011	7	21,00 **

MITTE										
Kombibad Seestraße			U8 U9 Osloer Str., Metro M13 Tram 50 Bus 327 Seestraße 80, 13347 Berlin, Fon 45 50 82-0							
			Luise-Schröder-Platz, Bus 125, 128, 150, 255 U Osloer Str.							
Baby-Schwimmen (3-7 Monate)	Mi	15:00 - 15:30	BABY 1	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	BABY 15	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Baby-Schwimmen (6-12 Monate)	Mi	15:30 - 16:00	BABY 2	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	BABY 16	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Baby-Schwimmen (12-18 Monate)	Mi	16:00 - 16:30	BABY 3	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	BABY 17	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Baby-Schwimmen (1-2 Jahre)	Do	11:00 - 11:30	BABY 4	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	BABY 18	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Baby-Schwimmen (2 Monate)	Do	11:30 - 12:00	BABY 5	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	BABY 19	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Baby-Schwimmen (7-12 Monate)	Do	12:00 - 12:30	BABY 6	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	BABY 20	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Baby-Schwimmen (3-6 Monate)	Do	12:30 - 13:00	BABY 7	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	BABY 21	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Baby-Schwimmen (3-6 Monate)	Do	15:00 - 15:30	BABY 8	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	BABY 22	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Baby-Schwimmen (7-14 Monate)	Do	15:30 - 16:00	BABY 9	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	BABY 23	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Baby-Schwimmen (2-3 Jahre)	Do	16:00 - 16:30	BABY 10	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	BABY 24	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Baby-Schwimmen (7-24 Monate)	Fr	15:00 - 15:30	BABY 11	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 25	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **
Kleinkinder-Schwimmen (1,5-3 Jahre)	Fr	15:30 - 16:00	BABY 12	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 26	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **
Kleinkinder-Schwimmen (3-4 Jahre)	Fr	16:00 - 16:30	BABY 13	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 27	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **
Kleinkinder-Schwimmen (4-5 Jahre)	Fr	16:30 - 17:00	BABY 14	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 28	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
PANKOW										
SSE Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark Paul-Heyse-Straße 26, 10407 Berlin, Fon 42 18 61 20				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Landsberger Allee, Metro M5, M6, M8 Bus 156 S Landsberger Allee, Metro M10 Paul-Heyse-Str., Bus 200 C.-Blenkle-Str.						
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Mo	08:30 - 09:00	Baby 1	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 44	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Mo	09:00 - 09:30	Baby 2	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 45	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Mo	09:30 - 10:00	Baby 3	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 46	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Mo	10:00 - 10:30	Baby 4	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 47	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Mo	10:30 - 11:00	Baby 5	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 48	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Mo	11:00 - 11:30	Baby 6	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 49	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Mo	11:30 - 12:00	Baby 7	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 50	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Mo	15:00 - 15:30	Baby 8	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 51	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Mo	15:30 - 16:00	Baby 9	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 52	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Mo	16:00 - 16:30	Baby 10	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 53	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Eltern-Kind-Schwimmen (3-4 Jahre)	Mo	16:30 - 17:00	Baby 11	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	Baby 54	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Di	08:30 - 09:00	Baby 12	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 55	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Di	09:00 - 09:30	Baby 13	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 56	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Di	09:30 - 10:00	Baby 14	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 57	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Di	10:00 - 10:30	Baby 15	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 58	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (3-7 Monate)	Di	10:30 - 11:00	Baby 16	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 59	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Di	11:00 - 11:30	Baby 17	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 60	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Di	11:30 - 12:00	Baby 18	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 61	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Di	15:00 - 15:30	Baby 19	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 62	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Di	15:30 - 16:00	Baby 20	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 63	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Eltern-Kind-Schwimmen (3-4 Jahre)	Di	16:00 - 16:30	Baby 21	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 64	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Eltern-Kind-Schwimmen (3-4 Jahre)	Di	16:30 - 17:00	Baby 22	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	Baby 65	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **



Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Kurs A				Kurs B			
			Nr. A	Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
PANKOW										
<i>SSE Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark</i>										
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Do	08:30 - 09:00	Baby 27	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 70	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Do	09:00 - 09:30	Baby 28	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 71	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Do	09:30 - 10:00	Baby 29	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 72	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Do	10:00 - 10:30	Baby 30	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 73	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Do	10:30 - 11:00	Baby 31	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 74	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (3-7 Monate)	Do	11:00 - 11:30	Baby 32	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 75	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Do	11:30 - 12:00	Baby 33	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 76	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Do	15:00 - 15:30	Baby 34	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 77	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Do	15:30 - 16:00	Baby 35	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 78	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Eltern-Kind-Schwimmen (3-4 Jahre)	Do	16:00 - 16:30	Baby 36	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 79	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Eltern-Kind-Schwimmen (3-4 Jahre)	Do	16:30 - 17:00	Baby 37	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	Baby 80	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (3-6 Monate)	Fr	09:00 - 09:30	Baby 38	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	Baby 81	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (4-7 Monate)	Fr	09:30 - 10:00	Baby 39	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	Baby 82	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Fr	10:00 - 10:30	Baby 40	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	Baby 83	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Fr	10:30 - 11:00	Baby 41	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	Baby 84	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Fr	11:00 - 11:30	Baby 42	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	Baby 85	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7-14 Monate)	Fr	11:30 - 12:00	Baby 43	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	Baby 86	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **



* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
PANKOW										
Schwimmhalle Buch Wolfgang-Heinz-Straße 41, 13125 Berlin, Fon 949 40 26				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Landsberger Allee, Metro M5, M6, M8 Bus 156 S Landsberger Allee, Metro M10 Paul-Heyse-Str., Bus 200 C.-Blenkle-Str.						
Wassergewöhnung für Babys (1-2 Jahre)	Fr	10:00 - 10:30	BABY 1	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 5	08.04 - 27.05.2011	8	24,00 **
Wassergewöhnung für Babys (7 Monate-1 Jahr)	Fr	10:45 - 11:15	BABY 2	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 6	08.04 - 27.05.2011	8	24,00 **
Wassergewöhnung für Babys Anfänger (3-6 Monate)	Fr	11:30 - 12:00	BABY 3	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 7	08.04 - 27.05.2011	8	24,00 **
Babyschwimmen (1-2 Jahre)	Fr	15:00 - 15:30	E + K 1	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	E + K 2	08.04 - 27.05.2011	8	24,00 **
Eltern-Kind-Schwimmen	Fr	15:45 - 16:15	BABY 4	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	BABY 8	08.04 - 27.05.2011	8	24,00 **

TREPTOW-KÖPENICK

Kleine Schwimmhalle Wuhlheide An der Wuhlheide 161, 12459 Berlin, Fon 53 89 29 30				Tram 27, 63, 67 Parkstr.						
Baby-Schwimmen (offener Termin)	Mo	08:00 - 12:00	Baby 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,00 *	BABY 7	04.04 - 27.06.2011	1	3,00 *
Baby-Schwimmen (offener Termin)	Mi	08:00 - 12:00	Baby 5	05.01 - 30.03.2011	1	3,00 *	BABY 8	02.03 - 29.06.2011	1	3,00 *
Baby-Schwimmen (offener Termin)	Fr	09:00 - 12:00	Baby 6	07.01 - 01.04.2011	1	3,00 *	BABY 9	04.03 - 01.07.2011	1	3,00 *

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

INFORMATIONEN SCHWIMMKURSE

Schwimmen

Schwimmen ist eine der grundlegenden Voraussetzungen, damit sich Ihr Kind sicher an den zahlreichen Möglichkeiten zur Bewegung am und im Wasser erfreut. Qualifizierte Übungsleiter vermitteln mit phantasievollen Spielen und Ideen die Freude an der Bewegung im Wasser. Gleichzeitig fördert das Üben in der Gruppe mit anderen Kindern das gemeinschaftliche Miteinander in einer neuen Umgebung. Gerade in unserer heutigen Zeit ist es wichtig, für unsere Kinder jeden erdenklichen Bewegungsraum zu eröffnen, um so eine gesunde Entwicklung zu garantieren.

Das Kursangebot der Berliner Bäder-Betriebe für Kinder erstreckt sich vom Wassergewöhnungskurs über den Anfänger-Schwimmkurs bis zum Fortgeschrittenen-Schwimmkurs.

Wassergewöhnung

Bewegungserfahrungen in der neuen Umgebung »Wasser« sind bereits im frühen Kindesalter von 4 Jahren möglich und sinnvoll. Die körperliche und motorische Entwicklung macht in diesem Alter rasche Fortschritte und somit bewegen sich die Kinder mit zunehmender Sicherheit im Wasser. In den ersten 3 bis 4 Stunden bieten wir Ihnen zur Eingewöhnung Ihres Kindes und nach Rücksprache mit dem Schwimmlehrer die Möglichkeit, Ihr Kind ins Wasser zu begleiten. Hierfür ist der normale Eintritt zu entrichten. Erfahrungen haben gezeigt, dass es jedoch viel spannender für die Kinder ist, nur mit unseren erfahrenen Übungsleitern das Abenteuer »Wasser« zu erkunden.

Ziel dieses Kurses...

ist die Wassergewöhnung und Bewältigung. In Form von lustigen Spielen werden die Grundfertigkeiten Tauchen, Springen, Gleiten und Atmen erlernt. Kinder, die diesen Kurs erfolgreich absolviert haben, werden einen leichten Start bei einem Anfängerschwimmkurs haben.

Für wen ist dieses Kursangebot gedacht?

Dieser Kurs ist für Kinder ab 4 Jahren gedacht. Darüber hinaus ist dieses Angebot auch besonders gut für Kinder (5 bis 6 Jahre) geeignet, die vielleicht schon Ängste vor dem Wasser entwickelt haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anfängerschwimmunterricht

Es hat sich an zahlreichen Schwimmkursen gezeigt, dass im Alter von 5 bis 6 Jahren bereits ideale Voraussetzungen gegeben sind, um Schwimmen zu lernen. Nachdem sich die Kinder durch gemeinsames Spielen und Bewegen an den sicheren Umgang mit dem Wasser gewöhnt haben, werden die elementaren Schwimmbewegungen erlernt. Gerade im Vorschulalter machen die Kinder auf Grund ihrer motorischen Entwicklung im Zusammenhang mit der schnellen Auffassungsgabe für neue Techniken sehr große Fortschritte.

Ziele dieses Kurses...

ist es, mit Spiel und Spaß die Brustschwimmbewegung in der Grobform zu erlernen. Die Kinder sollen mit Freude mindestens vom Beckenrand ins tiefe Wasser springen können. Auch das Herauftauchen eines Gegenstandes aus brusttiefem Wasser wird nach Absolvierung des Schwimmkurses kein Problem mehr sein.

Kinder, die bereits zu Beginn des Schwimmkurses eine gute Wassergewöhnung mitbringen, legen in der Regel sogar die »Seepferdchenprüfung« ab.



Prüfungsbedingung

1. Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen
2. Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schulertiefem Wasser

Für wen ist dieses Kursangebot gedacht?

Diese Kurse sind für Kinder ab dem 5. bis zum vollendeten 12. Lebensjahr gedacht. Kinder, die diesen Kurs besuchen möchten, sollten idealer Weise schon etwas Vorerfahrung im Umgang mit Wasser mitbringen. Dafür gibt es unsere Wassergewöhnungskurse oder aber Mama und Papa gehen vorher regelmäßig mit ihrem Kind in ein Schwimmbad zum Baden und Planschen. Voraussetzung ist dies allerdings nicht! Kinder und Jugendliche zwischen dem 13. und vollendeten 15. Lebensjahr können schon in einem Schwimmkurs für Erwachsene angemeldet werden. Selbstverständlich gilt trotzdem der Kindertarif.

Weitere Tipps und Hinweise, wie Sie Ihr Kind auf den Schwimmkurs vorbereiten, finden Sie auf den nächsten Seiten.

Tipps zur Vorbereitung

Diese Informationen sollen Ihrem Kind helfen, sich an das Wasser zu gewöhnen und sich auf seinen Schwimmkurs vorzubereiten. Ziel dieser Übungssammlung ist das angstfreie Tauchen, welches eine wesentliche Voraussetzung zum Erlernen des Schwimmens ist!

Die von uns für Sie zusammengestellten kleinen Spiele und Aufgaben lassen sich leicht zu Hause durchführen. Grundsätzlich ist es gerade bei etwas ängstlichen Kindern wichtig, die unten aufgeführten Übungen nach erfolgreicher Absolvierung zu Hause, auch unter »realen Bedingungen« im Nichtschwimmerbecken auszuprobieren und spielerisch zu üben. Am leichtesten fällt es den Kindern, wenn alle Übungen von Papa, Mama oder auch befreundeten Kindern vor- und mitgemacht werden.

Wie kann ich es lernen, dass es mir nichts mehr ausmacht, wenn Wasser mit meinem Gesicht in Berührung kommt?

Wichtige Hinweise: Bitte lassen Sie Ihr Kind nicht unbeaufsichtigt im Badezimmer! Üben Sie am besten täglich. Fangen Sie mit den einfachsten Übungen an und loben Sie jeden noch so kleinen Erfolg. Bleiben Sie geduldig und gelassen, aber konsequent.

Wann die nächste schwierigere Übung ausprobiert wird, sollte vom Kind mitbestimmt werden dürfen. Ihr gemeinsames Ziel ist es, die Übungen 10 und 11 zu schaffen. Es ist pädagogisch sinnvoll, wenn Sie Ihrem Kind gleich zu Beginn der Übungsreihe einmal vormachen, was es am Ende gelernt haben soll. Dadurch kennt Ihr Kind Ihre Erwartungshaltung und arbeitet zielgerichteter mit.

Übungen für die Dusche*

1. Nimm Wasser in deine Hände und wasch dir dein Gesicht! Versuche immer mehr Wasser in dein Gesicht zu schaufeln, bis es »blitze blank« ist!
2. Schaffst du es, dir Wasser auf die Stirn zu träufeln? Das kitzelt lustig und du musst bestimmt dabei lachen!
3. Nimm die Dusche und versuche dir einen sanften Wasserstrahl ins Gesicht zu halten. Wie lange kannst du das aushalten? Mama oder Papa können ja mal die Sekunden zählen! Wenn du es 10 Sekunden lang schaffst, dann hast du dir eine kleine Belohnung verdient!
4. Wie Übung 3., nur dass du versuchst, dabei weiter zu atmen und sogar die Augen zu öffnen! Wie lange schaffst du das?

*Alternativen zum Duschstrahl:

Gießkanne
Großer Joghurtbecher
Schwamm

Übungen für die Badewanne

Achtung! Nur klares Wasser in die Wanne (kein Schaumbad)!

5. Versuche schrittweise die gleichen Übungen wie oben bei den Übungen für die Dusche von Punkt 1 bis 4 durchzuführen.
6. Kannst du dein Gesicht, das du mit deinen Händen abdeckst, ins Wasser legen? Am besten geht das, wenn du dich dabei hinkniest.
7. Versuche, das Gesicht ins Wasser zu tauchen, ohne dass du deine Hände vor dein Gesicht hältst!
8. Versuche die Übung 7, aber tauche tiefer ein, so dass auch deine Ohren im Wasser sind!
9. Schaffst du es, mit der Nasenspitze den Wannenboden zu berühren?
10. Versuche die Übung 8, aber tauche so lange wie du kannst! Mama oder Papa können ja mal die Sekunden zählen! Wenn du es 10 Sekunden lang schaffst, dann hast du dir eine kleine Belohnung verdient!
11. Versuche beim Tauchen kräftig ins Wasser zu pusten! Damit tolle Blubberblasen zu sehen sind, musst du dir vorstellen, unter Wasser eine Kerze ausblasen zu wollen!
12. Wenn es dir auch noch gelingt, dabei wie ein Fisch die Augen zu öffnen, bist du schon ein richtig guter Taucher.

Zeig doch jetzt mal deinem Schwimmlehrer im richtigen Schwimmbecken, was du tolles zu Hause gelernt hast!

Wir wünschen dir/Ihnen viel Spaß beim Üben und viel Erfolg im Schwimmkurs.

Fortgeschrittenen-Schwimmkurs

Mehr als nur Bronze und Silber!

In unseren Fortgeschrittenenschwimmkursen werden unter Anleitung die Schwimmkenntnisse gefestigt. Besonders nach den ersten Schwimmerfolgen ist es für das Kind wichtig, ein sicheres Gefühl und mehr Ausdauer beim Schwimmen zu entwickeln.

Ziel des Kurses:

Ein wesentlicher Bestandteil des Kurses ist es, durch zielgerichtetes Üben das bisher Gelernte zu festigen und die Anforderungen für das Deutsche Jugendschwimmabzeichen Bronze und Silber zu erreichen. Auch das »Spiel- und Spaßbaden« kommt nicht zu kurz.



Prüfungsbedingung

1. Sprung vom Beckenrand und mindestens 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
2. einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen eines Gegenstandes
3. Sprung aus 1 m Höhe oder Startsprung
4. Kenntnis von Baderegeln



Prüfungsbedingung

1. Startsprung und mindestens 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten, davon 300 m in Bauch- und 100 m in Rückenlage
2. zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Heraufholen je eines Gegenstandes
3. 10 m Streckentauchen
4. Sprung aus 3 m Höhe
5. Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung

Für wen ist dieses Kursangebot gedacht?

Diese Kurse sind für Kinder gedacht, die mindestens ihre »Seepferdchenprüfung« abgelegt haben.

Technikschwimmkurse - Schwimmen ohne Leistungsdruck

Die zunehmende Nachfrage nach Schwimmkursen, in denen neue Techniken und Bewegungsformen im Wasser angeboten werden, hat uns gezeigt, dass Kinder und Erwachsene große Freude am Wasser haben. Unter fachmännischer Anleitung sollen unsere Gäste frei vom Leistungsdruck andere Schwimmarten wie zum Beispiel das Kraul- oder Rückenschwimmen erlernen.

Einzelschwimmunterricht - Persönlich, kompetent und effektiv!

Unsere Schwimmlehrer konzipieren für Ihre persönlichen Ziele und nach Ihren Bedürfnissen und zeitlichen Ressourcen, einen effizienten und effektiven Unterricht. Unser Einzelschwimmunterricht wird von erfahrenen und kompetenten Schwimmlehrern durchgeführt. Dieses besondere Angebot kann in fast allen Schwimmbädern der Berliner Bäder-Betrieben realisiert werden. Wir machen aus Nichtschwimmern sichere Schwimmer, wir verbessern Ihre Schwimmtechnik oder Sie erlernen mir uns eine ganz neue Schwimmart. Darüber hinaus können Sie bei uns Springen, Tauchen (ohne Gerät) oder rückengerechtes Schwimmen lernen.

JAHRESÜBERSICHT 2011

Januar 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
52						1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30
5	31						

Februar 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
5		1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	13
7	14	15	16	17	18	19	20
8	21	22	23	24	25	26	27
9	28	27	28	29	30	31	

März 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9		1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13
11	14	15	16	17	18	19	20
12	21	22	23	24	25	26	27
13	28	29	30	31			

April 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
13					1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10
15	11	12	13	14	15	16	17
16	18	19	20	21	22	23	24
17	25	26	27	28	29	30	

Mai 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
17							1
18	2	3	4	5	6	7	8
19	9	10	11	12	13	14	15
20	16	17	18	19	20	21	22
21	23	24	25	26	27	28	29
22	30	31					

Juni 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
22			1	2	3	4	5
23	6	7	8	9	10	11	12
24	13	14	15	16	17	18	19
25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30			

Juli 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
26					1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	16	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31

August 2011

Wo	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
31	1	2	3	4	5	6	7
32	8	9	10	11	12	13	14
33	15	16	17	18	19	20	21
34	22	23	24	25	26	27	28
35	29	30	31				

01.01. Neujahr
22.04. Karfreitag
25.04. Ostermontag

01.05. 1. Mai - Tag der Arbeit
02.06. Christi Himmelfahrt
13.06. Pfingstmontag

Schulferien Berlin

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF										
Stadtbad Charlottenburg (Neue Halle) Krumme Straße 9, 10585 Berlin, Fon 34 38 38 65				U2 Deutsche Oper und Bismarckstraße, U7 Bismarckstraße und R.-Wagner-Platz, Metro M45 Warburgzeile, Bus 101 Otto-Suhr-Allee/Leibnitzstraße						
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Mo	15:00 - 15:45	SU-K 1	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	SU-K 6	04.04 - 13.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	15:00 - 15:45	SU-K 2	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 7	05.04 - 16.06.2011	19	57,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	16:00 - 16:45	SU-K 3	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 8	05.04 - 16.06.2011	19	57,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	17:00 - 17:45	SU-K 4	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 9	05.04 - 16.06.2011	19	57,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	18:00 - 18:45	SU-K 5	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 10	05.04 - 16.06.2011	19	57,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht	Di, Do	19:00 - 19:45	SU-E 1	11.01 - 31.03.2011	24	84,00 **	SU-E 2	05.04 - 16.06.2011	19	66,50 **
Stadtbad Wilmersdorf Mecklenburgische Straße 80, 10713 Berlin, Fon 82 00 74 -0, Fon (Solarent) 8 21 00 65				U3 Heidelberger Platz, S41 S42 (Ringbahn) S46 Heidelberger Platz, Bus 249 Brabanter Platz						
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Anfänger	Mo, Mi	14:30 - 15:15	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 14	04.04 - 27.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Anfänger	Mo, Mi	15:20 - 16:05	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 15	04.04 - 22.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Anfänger	Mo, Mi	16:15 - 17:00	SU-K 3	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 16	04.04 - 22.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Aufbaukurs (nach Absolvierung eines Anfängerkurses)	Mo, Mi	16:15 - 17:00	SU-K 4	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 17	04.04 - 22.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Anfänger	Mo, Mi	17:15 - 18:00	SU-K 5	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 18	04.04 - 22.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Anfänger	Di, Do	15:30 - 16:15	SU-K 6	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 19	05.04 - 23.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Aufbaukurs (nach Absolvierung eines Anfängerkurses)	Di, Do	16:30 - 17:15	SU-K 7	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 20	05.04 - 23.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Anfänger	Di, Do	17:30 - 18:15	SU-K 8	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **				
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Anfänger	Di, Do	17:15 - 18:00					SU-K 21	05.04 - 23.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittenen - Bronzekurs (Voraussetzung: "Seepferdchen" Abzeichen)	Fr	14:30 - 15:15	SU-K 9	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 22	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittenen - Bronzekurs (Voraussetzung: „Seepferdchen“ Abzeichen)	Fr	15:30 - 16:15	SU-K 10	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 23	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF										
<i>Fortsetzung Stadtbad Wilmersdorf</i>										
Fortgeschrittenen-Schwimmunterricht für Kinder Silberkurs Voraussetzung: "Bronze" Abzeichen	Fr	16:30 - 17:15	SU-K 11	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 24	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittenen - Goldkurs (Voraussetzung: "Silber" Abzeichen)	Fr	17:30 - 18:15	SU-K 12	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 25	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittenen - Goldkurs (Voraussetzung: „Silber“ Abzeichen)	Fr	18:15 - 19:00	SU-K 13	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 26	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Anfänger (Brustschwimmen als Erstschwimmart)	Fr	19:15 - 20:00	SU-E 1	14.01 - 01.04.2011	12	42,00 **	SU-E 5	08.04 - 24.06.2011	11	38,50 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Anfänger (Kraulschwimmen als Erstschwimmart)	Sa	09:15 - 10:00	SU-E 2	08.01 - 02.04.2011	13	45,50 **	SU-E 6	09.04 - 25.06.2011	11	38,50 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Kraulkurs (Voraussetzung TN können schwimmen)	Sa	10:15 - 11:00	SU-E 3	08.01 - 02.04.2011	13	45,50 **	SU-E 7	09.04 - 25.06.2011	11	38,50 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Anfänger (Brustschwimmen als Erstschwimmart)	Sa	11:15 - 12:45	SU-E 4	08.01 - 02.04.2011	13	91,00 **	SU-E 8	09.04 - 25.06.2011	11	77,00 **

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG**Bad am Spreewaldplatz**

Wiener Straße 59h, 10999 Berlin, Fon 6 9 53 52 0

U1 Görlitzer Bahnhof, Metro M29 Spreewaldplatz

Kinder-Schwimmunterricht (5-6 Jahre)	Di, Do	16:00 - 16:45	SU-K 1	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 8	05.04 - 09.06.2011	19	57,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-6 Jahre)	Di, Do	17:00 - 17:45	SU-K 2	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 9	05.04 - 09.06.2011	19	57,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-6 Jahre)	Di, Do	18:00 - 18:45	SU-K 3	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 10	05.04 - 09.06.2011	19	57,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Fortführungskurs	Di	17:00 - 18:30	SU-E 1	11.01 - 29.03.2011	12	84,00 **	SU-E 10	05.04 - 07.06.2011	10	70,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Kraulkurs - Anfänger	Di	18:30 - 20:00	SU-E 2	11.01 - 29.03.2011	12	84,00 **	SU-E 11	05.04 - 07.06.2011	10	70,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Kraulkurs - Fortgeschrittene	Di	20:00 - 21:30	SU-E 3	11.01 - 29.03.2011	12	84,00 **	SU-E 12	05.04 - 07.06.2011	10	70,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-6 Jahre) - Fortführungskurse	Mi	15:00 - 15:45	SU-K 4	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	SU-K 11	06.04 - 08.06.2011	10	30,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-6 Jahre) - Fortgeschrittene	Mi	16:00 - 16:45	SU-K 5	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	SU-K 12	06.04 - 08.06.2011	10	30,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Nichtschwimmer	Do	17:00 - 18:30	SU-E 4	13.01 - 31.03.2011	12	84,00 **	SU-E 13	07.04 - 09.06.2011	9	63,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG										
<i>Fortsetzung Bad am Spreewaldplatz</i>										
Erwachsenen-Schwimmunterricht Kraulkurs - Anfänger	Do	18:30 - 20:00	SU-E 5	13.01 - 31.03.2011	12	84,00 **	SU-E 14	07.04 - 09.06.2011	9	63,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Kraulkurs - Fortgeschrittene (Leistungsgruppe)	Do	20:00 - 21:30	SU-E 6	13.01 - 31.03.2011	12	84,00 **	SU-E 15	07.04 - 09.06.2011	9	63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 6 Jahre) - mit türkisch sprechendem Schwimmlehrer	Fr	15:00 - 15:45	SU-K 6	14.01 - 02.04.2011	20	60,00 **	SU-K 13	08.04 - 11.06.2011	18	54,00 **
	Sa	14:00 - 14:45								
Kinder-Schwimmunterricht (ab 6 Jahre) - mit türkisch sprechendem Schwimmlehrer	Fr	16:00 - 16:45	SU-K 7	14.01 - 02.04.2011	20	60,00 **	SU-K 14	08.04 - 11.06.2011	18	54,00 **
	Sa	15:00 - 15:45								
Erwachsenen-Schwimmunterricht Kraulkurs - Fortgeschrittene	Sa	11:15 - 12:45	SU-E 7	15.01 - 02.04.2011	12	84,00 **	SU-E 16	09.04 - 11.06.2011	9	63,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Technik (Leistungsgruppe)	Sa	12:45 - 14:15	SU-E 8	15.01 - 02.04.2011	12	84,00 **	SU-E 17	09.04 - 11.06.2011	9	63,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Nichtschwimmer	Sa	16:00 - 17:30	SU-E 9	15.01 - 02.04.2011	12	84,00 **	SU-E 18	09.04 - 11.06.2011	9	63,00 **

Schwimmhalle Holzmarktstraße				S3 S5 S7 S7S S9 U8 Jannowitzbrücke, Bus 240 Stralauer Platz						
Kinder-Schwimmunterricht (4-5 Jahre)	Mi, Fr	15:15 - 16:00	SU-K 1	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 6	06.04 - 17.06.2011	21	63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mi, Fr	16:05 - 16:50	SU-K 2	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 7	06.04 - 17.06.2011	21	63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mi, Fr	16:55 - 17:40	SU-K 3	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 8	06.04 - 17.06.2011	21	63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortführungskurs	Mi	17:45 - 18:30	SU-K 4	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	SU-K 9	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Fr	17:45 - 18:30	SU-K 5	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 10	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **

LICHTENBERG-HOHENSCHÖNHAUSEN				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Storkower Straße, Metro M5, M6 Judith-Auer-Str., Metro M8 Anton-Saefkow-Platz, Metro M13 Tram 16 Landsberger Allee/Weißenseer Weg						
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Di, Do	18:00 - 18:45	SU-K 1	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **				

Schwimmhalle Sewanstraße				U5 Tierpark, Bus 296 Mellenseestr./Sewanstr., Bus 396 Sewanstr./Dolgensenstr.						
Kinder-Schwimmunterricht (nicht in den Ferien 31.1. - 5.2.)	Mi, Fr	16:00 - 16:45	SU-K 1	12.01 - 01.04.2011	22	66,00 **				
Kinder-Schwimmunterricht (nicht in den Ferien 31.1. - 5.2.)	Mi, Fr	17:00 - 17:45	SU-K 2	12.01 - 01.04.2011	22	66,00 **				

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
LICHTENBERG-HOHENSCHÖNHAUSEN										
Schwimmhalle Zingster Straße Zingster Str. 16, 13051 Berlin, Fon 70 71 82 60, Fon (Solarent) 9 28 61 60				S75 Hohenschönhausen, Metro M4, M5 Ahrenshooper Str., Metro M17 Bus X54, 154, 256, 893 Prerower Platz						
Kinder-Schwimmunterricht	Mi	15:00 - 15:45	SU-K 1	16.02 - 15.06.2011	18	54,00 **				
Kinder-Schwimmunterricht	Mi	16:00 - 16:45	SU-K 2	16.02 - 15.06.2011	18	54,00 **				



MARZAHN-HELLERSDORF										
Schwimmhalle »Helmut Behrendt« am Helene-Weigel-Platz Helene-Weigel-Platz 9, 12681 Berlin, Fon 5 41 14 60				S7 S75 Springpfuhl, Metro M8 Tram 18 Bus 194 Helene-Weigel-Platz						
SU-KITA-Schwimmunterricht (Termine nach Vereinbarung)	Mo, Di, Mi	09:00 - 09:45	SU-KITA 1		20	60,00 **	SU-KITA 3	05.01 - 31.03.2011	20	60,00 **
SU-KITA-Schwimmunterricht (Termine nach Vereinbarung)	Mo, Di, Mi	10:00 - 10:45	SU-KITA 2		20	60,00 **		05.01 - 31.03.2011	20	72,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	15:30 - 16:15	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 8	04.04 - 29.06.2011	24	72,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	16:30 - 17:15	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 9	04.04 - 29.06.2011	24	72,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	17:30 - 18:15	SU-K 3	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 10	04.04 - 29.06.2011	24	72,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortführungskurs	Di, Do	15:30 - 16:15	SU-K 4	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 11	05.04 - 30.06.2011	24	72,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	16:30 - 17:15	SU-K 5	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 12	05.04 - 30.06.2011	24	72,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	17:30 - 18:15	SU-K 6	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 13	05.04 - 30.06.2011	24	72,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Di, Do	18:15 - 19:00	SU-K 7	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 14	05.04 - 30.06.2011	24	72,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht	Mi, Do	19:00 - 20:30	SU-E 1	05.01 - 31.03.2011	24	84,00 **	SU-E 2	06.04 - 30.06.2011	24	84,00 **



Schwimmhalle Kaulsdorf Clara-Zetkin-Weg 13, 12619 Berlin, Fon 5 63 36 70, Fon (Solarent) 56 49 76 09				U5 Kaulsdorf Nord, Bus 191, 197, 291 U Kaulsdorf Nord						
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren)	Mo, Mi	15:00 - 15:45	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 7	04.04 - 15.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren)	Mo, Mi	15:45 - 16:30	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 8	11.04 - 15.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren)	Mo, Mi	16:30 - 17:15	SU-K 3	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 9	11.04 - 15.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Fortgeschrittene	Do	16:00 - 16:45	SU-K 4	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **	SU-K 10	14.04 - 16.06.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren) - Fortgeschrittene	Fr	16:00 - 16:45	SU-K 5	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 11	15.04 - 17.06.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahren)	Do, Fr	17:00 - 17:45	SU-K 6	13.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 12	14.04 - 17.06.2011	18	54,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h
MITTE									
Kombiad Seestraße Seestraße 80, 13347 Berlin, Fon 45 50 82-0				U8 U9 Osloer Str., Metro M13 Tram 50 Bus 327 Luise-Schröder-Platz, Bus 125, 128, 150, 255 U Osloer Str.					
Kinder-Schwimmunterricht Anfänger	Di, Do	14:00 - 14:45	SU-K 1	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 7	05.04 - 16.06.2011	21 63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Anfänger	Di, Do	14:45 - 15:30	SU-K 2	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 8	05.04 - 16.06.2011	21 63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Anfänger	Di, Do	15:30 - 16:15	SU-K 3	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 9	05.04 - 16.06.2011	21 63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Anfänger	Di, Do	16:15 - 17:00	SU-K 4	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 10	05.04 - 16.06.2011	21 63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Di, Do	17:00 - 17:45	SU-K 5	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 11	05.04 - 16.06.2011	21 63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Di, Do	18:00 - 18:45	SU-K 6	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 12	05.04 - 16.06.2011	21 63,00 **
Stadtbad Mitte									
Gartenstraße 5, 10115 Berlin, Fon 3 08 80 90				S1 S2 S25 Nordbahnhof, Metro M8 Tram 12 S Nordbahnhof, Bus 240 Tucholskystr.					
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Mo, Mi	15:30 - 16:15	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 3	04.04 - 15.06.2011	20 60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Mo, Mi	16:30 - 17:15	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 4	04.04 - 15.06.2011	20 60,00 **
Stadtbad Tiergarten									
Seydlitzstraße 7, 10557 Berlin, Fon 39 78 01 - 0				S5 S7 S9 S75 Hauptbahnhof, Bus 120, 123 Seydlitzstr., Bus 123, 187 Turmstr./Rathenower Str., Bus 245 Alt-Moabit/Rathenower Str.					
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Mi, Fr	16:00 - 16:45	SU-K 1	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 4	06.04 - 24.06.2011	23 69,00
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Mi, Fr	17:00 - 17:45	SU-K 2	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 5	06.04 - 24.06.2011	23 69,00
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Mi, Fr	18:00 - 18:45	SU-K 3	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 6	06.04 - 24.06.2011	23 69,00
Erwachsenen-Schwimmunterricht	Mi, Fr	19:00 - 19:45	SU-E 1	12.01 - 01.04.2011	24	84,00 **	SU-E 2	06.04 - 24.06.2011	23 80,50
NEUKÖLLN									
Stadtbad Neukölln Ganghofer Straße 3, 12043 Berlin, Fon 68 24 98 12				U7 Rathaus Neukölln und Karl-Marx-Straße, Metro M41 Erkstraße, Bus 104, 167 U Rathaus Neukölln					
Kinder-Schwimmunterricht (Vorschulkinder)	Mi, Fr	16:00 - 16:45	SU-K 1	12.01 - 25.03.2011	22	66,00 **	SU-K 3	30.03 - 10.06.2011	22 66,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (Vorschulkinder)	Mi, Fr	17:00 - 17:45	SU-K 2	12.01 - 25.03.2011	22	66,00 **	SU-K 4	30.03 - 10.06.2011	22 66,00 **

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h
PANKOW									
Schwimmhalle Buch				S2 Buch, Bus 150 und 158 Karower Chaussee					
Wolfgang-Heinz-Straße 41, 13125 Berlin, Fon 949 40 26									
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - nicht in den Ferien	Mo, Mi	15:00 - 15:45	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	22	66,00 **			
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - nicht in den Ferien	Mo, Mi	16:00 - 16:45	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	22	66,00 **			
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - nicht in den Ferien	Mo, Mi	17:00 - 17:45	SU-K 3	10.01 - 30.03.2011	22	66,00 **			
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene - nicht in den Ferien	Do	18:00 - 18:45	SU-K 4	13.01 - 26.05.2011	19	57,00 **			
Erwachsenen-Schwimmunterricht Fortgeschrittene - nicht in den Ferien	Do	19:15 - 20:00	SU-E 1	13.01 - 31.03.2011	11	38,50 **			
Erwachsenen-Schwimmunterricht Nichtschwimmer - nicht in den Ferien	Do	20:15 - 21:00	SU-E 2	13.01 - 31.03.2011	11	38,50 **			



Schwimmhalle Ernst-Thälmann-Park				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Greifswalder Straße, Metro M2 Fröbelstr., Metro M4 S Greifswalder Str., Metro M10 Winsstr.					
Lilli-Henoch-Straße 20, 10405 Berlin, Fon 4 20 24 91-0									
Kita-Kinder-Schwimmunterricht (Termine nach Vereinbarung)	Di	12:00 - 12:45	SU-KITA 1				SU-KITA 3		
Kita-Kinder-Schwimmunterricht (Termine nach Vereinbarung)	Di	13:30 - 14.15	SU-KITA 2				SU-KITA 4		
Erwachsenen-Schwimmunterricht	Mo, Mi	14:30 - 15:15	SU-E 1	10.01 - 30.03.2011	18	63,00 **	SU-E 10	02.05 - 29.06.2011	17 59,50 **
Kinder-Schwimmunterricht (4-5 Jahre)	Mo, Mi	14:30 - 15:15	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	18	54,00 **	SU-K 10	02.05 - 29.06.2011	17 51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Mo, Mi	15:20 - 16:05	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	18	54,00 **	SU-K 11	02.05 - 29.06.2011	17 51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Mo, Mi	16:10 - 16:55	SU-K 3	10.01 - 30.03.2011	18	54,00 **	SU-K 12	02.05 - 29.06.2011	17 51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene - Bronzekurs	Mo, Mi	17:00 - 17:45	SU-K 4	10.01 - 30.03.2011	18	54,00 **	SU-K 13	02.05 - 29.06.2011	17 51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene - Silberkurs	Mi	17:45 - 18:30	SU-K 5	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	SU-K 14	04.05 - 29.06.2011	9 27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (4-5 Jahre)	Di, Do	14:30 - 15:15	SU-K 6	11.01 - 31.03.2011	18	54,00 **	SU-K 15	03.05 - 28.06.2011	16 48,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Di, Do	15:20 - 16:05	SU-K 7	11.01 - 31.03.2011	18	54,00 **	SU-K 16	03.05 - 28.06.2011	16 48,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Di, Do	16:10 - 16:55	SU-K 8	11.01 - 31.03.2011	18	54,00 **	SU-K 17	03.05 - 28.06.2011	16 48,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Di, Do	17:00 - 17:45	SU-K 9	11.01 - 31.03.2011	18	54,00 **	SU-K 18	03.05 - 28.06.2011	16 48,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
PANKOW										
SSE Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark Paul-Heyse-Straße 26, 10407 Berlin, Fon 42 18 61 20				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Landsberger Allee Metro M5, M6, M8 Bus 156 S Landsberger Allee, Metro M10 Paul-Heyse-Str. Bus 200 C. -Blenkle-Str.						
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	15:00 - 15:45	SU-K 1	10.01 - 01.04.2011	28	84,00 **	SU-K 11	04.04 - 24.06.2011	22	66,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	16:00 - 16:45	SU-K 2	10.01 - 01.04.2011	28	84,00 **	SU-K 12	04.04 - 24.06.2011	22	66,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	17:00 - 17.45	SU-K 3	10.01 - 01.04.2011	28	84,00 **	SU-K 13	04.04 - 24.06.2011	22	66,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortführungskurs (Voraussetzung Besuch eines Anfängerkurses)	Mo	18:00 - 18.45	SU-K 4	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	SU-K 14	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortführungskurs (Voraussetzung Besuch eines Anfängerkurses)	Di	15:00 - 15:45	SU-K 5	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-K 15	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	16:00 - 16:45	SU-K 6	11.01 - 31.03.2011	28	84,00 **	SU-K 16	05.04 - 23.06.2011	22	66,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	17:00 - 17.45	SU-K 7	11.01 - 31.03.2011	28	84,00 **	SU-K 17	05.04 - 23.06.2011	22	66,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht	Mi, Do	18:00 - 18:45	SU-E 1	12.01 - 23.10.2012	28	98,00 **	SU-E 2	06.04 - 15.01.2013	22	77,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortführungskurs (Voraussetzung Besuch eines Anfängerkurses)	Fr	16:00 - 16:45	SU-K 8	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 18	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene (Voraussetzung Seepferdchenabzeichen)	Fr	17:00 - 17:45	SU-K 9	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 19	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene (Voraussetzung Seepferdchenabzeichen)	Fr	17:45 - 18.30	SU-K 10	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 20	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Technik	Mi	18:45 - 19:30	SU-TE 1	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	SU-TE 6	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
Erwachsenen-Schwimmunterricht Technik	Mi	19:30 - 20:15	SU-TE 2	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	SU-TE 7	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
Erwachsenen-Schwimmunterricht Technik	Mi	20:15 - 21:00	SU-TE 3	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	SU-TE 8	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
Erwachsenen-Schwimmunterricht Technik	Sa	12:15 - 13:00	SU-TE 4	08.01 - 02.04.2011	1	3,50 *	SU-TE 9	09.04 - 18.06.2011	1	3,50 *
Erwachsenen-Schwimmunterricht Technik	Sa	13:00 - 13:45	SU-TE 5	08.01 - 02.04.2011	1	3,50 *	SU-TE 10	09.04 - 18.06.2011	1	3,50 *



* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
REINICKENDORF										
Paracelsus-Bad Roedernallee 200/204, 13407 Berlin, Fon 49 87 76 0, Fon (Solarent) 4 96 40 93				U8 Paracelsus-Bad, S25 Alt-Reinickendorf, Bus 120, 122, 320, 322 U Paracelsus-Bad						
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Anfänger	Di, Do	15:00 - 15:45	SU-K 1	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 8	05.04 - 23.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Anfänger	Di, Do	16:00 - 16:45	SU-K 2	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 9	05.04 - 23.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Anfänger	Di, Do	17:00 - 17:45	SU-K 3	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 10	05.04 - 23.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - auch in den Ferien	Mi, Fr	15:00 - 15:45	SU-K 4	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 11	06.04 - 24.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Mi, Fr	16:00 - 16:45	SU-K 5	12.01 - 01.04.2011	24	72,00 **	SU-K 12	06.04 - 24.06.2011	23	69,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortgeschrittene	Mi	17:00 - 17:45	SU-K 6	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	SU-K 13	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortgeschrittene	Fr	17:00 - 17:45	SU-K 7	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 14	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Anfänger	Mi, Fr	20:00 - 20:45	SU-E 1	12.01 - 01.04.2011	24	84,00 **	SU-E 3	06.04 - 24.06.2011	23	80,50 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht Anfänger	Mi, Fr	21:00 - 21:45	SU-E 2	12.01 - 01.04.2011	24	84,00 **	SU-E 4	06.04 - 24.06.2011	23	80,50 **




SPANDAU										
Stadtbad Spandau-Nord Radelandstraße 1, 13589 Berlin, Fon 375 10 35				Bus M45, 671 Klinkeplatz Bus 130 Radelandstr./Pflegeheim						
Kinder-Schwimmunterricht Anfänger	Di, Do	14:45 - 15:30	SU-K 1	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 4	05.04 - 16.06.2011	21	63,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Anfänger	Di, Do	15:45 - 16:30	SU-K 2	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 5	05.04 - 16.06.2011	21	63,00 *
Kinder-Schwimmunterricht Anfänger	Di, Do	16:45 - 17:30	SU-K 3	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 6	05.04 - 16.06.2011	21	73,50 *



* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Kurs B			
				Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
STEGLITZ-ZEHLENDORF										
Stadtbad Lankwitz Leonorenstraße 39, 12247 Berlin, Fon 7 71 30 40, Fon (Solarent) 7 71 70 17 Der Vorverkauf beginnt erst am Di 10.11.10 und am Di 9.2.11				S25 Lankwitz, Metro M82 Bus 181, 187, 283, 284 Stadtbad Lankwitz, Bus X83 S Lankwitz						
SU-KITA-Schwimmkurse (Termine nach Vereinbarung)	Di	08:00 - 08:45	SU-KITA 1	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 6	05.04 - 28.06.2011	11	33,00 **
SU-KITA-Schwimmkurse (Termine nach Vereinbarung)	Di	08:45 - 09:30	SU-KITA 2	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 7	05.04 - 28.06.2011	11	33,00 **
SU-KITA-Schwimmkurse (Termine nach Vereinbarung)	Di	09:30 - 10:15	SU-KITA 3	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 8	05.04 - 28.06.2011	11	33,00 **
SU-KITA-Schwimmkurse (Termine nach Vereinbarung)	Di	09:30 - 10:15	SU-KITA 4	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 9	05.04 - 28.06.2011	11	33,00 **
SU-KITA-Schwimmkurse (Termine nach Vereinbarung)	Di	10:15 - 11:00	SU-KITA 5	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 10	05.04 - 28.06.2011	11	33,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre)	Mo, Mi	14:30 - 15:15	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	22	66,00 **	SU-K 12	04.04 - 29.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - nicht in den Ferien	Mo, Mi	15:15 - 16:00	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	22	66,00 **	SU-K 13	04.04 - 29.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortführungskurs nicht in den Ferien	Mo, Mi	16:00 - 16:45	SU-K 3	10.01 - 30.03.2011	22	66,00 **	SU-K 14	04.04 - 29.06.2011	20	60,00 **
Erwachsenen-Schwimmunterricht (nicht in den Ferien)	Mo, Mi	16:45 - 17:30	SU-E 1	10.01 - 30.03.2011	22	77,00 **	SU-E 2	04.04 - 29.06.2011	20	70,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - nicht in den Ferien	Di, Do	15:15 - 16:00	SU-K 4	11.01 - 31.03.2011	22	66,00 **	SU-K 15	05.04 - 30.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - nicht in den Ferien	Di, Do	16:00 - 16:45	SU-K 5	11.01 - 31.03.2011	22	66,00 **	SU-K 16	05.04 - 30.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - nicht in den Ferien	Di, Do	17:00 - 17:45	SU-K 6	11.01 - 31.03.2011	22	66,00 **	SU-K 17	05.04 - 30.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortführungskurs (nicht in den Ferien)	Di, Do	17:45 - 18:30	SU-K 7	11.01 - 31.03.2011	22	66,00 **	SU-K 18	05.04 - 30.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortgeschrittene Bronzekurs (nicht in den Ferien)	Fr	15:15 - 16:00	SU-K 8	14.01 - 01.04.2011	11	33,00 **	SU-K 19	08.04 - 01.07.2011	10	30,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortgeschrittene Silberkurs (nicht in den Ferien)	Fr	16:00 - 16:45	SU-K 9	14.01 - 01.04.2011	11	33,00 **	SU-K 20	08.04 - 01.07.2011	10	30,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortgeschrittene Bronzekurs (nicht in den Ferien)	Fr	17:00 - 17:45	SU-K 10	14.01 - 01.04.2011	11	33,00 **	SU-K 21	08.04 - 01.07.2011	10	30,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Fortgeschrittene Silberkurs (nicht in den Ferien)	Fr	17:45 - 18:30	SU-K 11	14.01 - 01.04.2011	11	33,00 **	SU-K 22	08.04 - 01.07.2011	10	30,00 **

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
STEGLITZ-ZEHLENDORF										
Schwimmhalle Hüttenweg Hüttenweg 41, 14195 Berlin, Fon 34 33 39 11				U3 Oskar-Helene-Heim, Metro M11 Bus X10, 110, 115, 285, 623 U Oskar-Helene-Heim						
Kinder-Schwimmunterricht (ab 4 Jahre) - auch in den Ferien	Mi, Sa	14:15 - 15:00	SU-K 1	12.01 - 02.04.2010	24	72,00 **	SU-K 6	06.04 - 18.06.2010	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - auch in den Ferien	Mi, Sa	15:00 - 15:45	SU-K 2	12.01 - 02.04.2010	24	126,00 **	SU-K 7	06.04 - 18.06.2010	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - auch in den Ferien	Mi, Sa	16:00 - 16:45	SU-K 3	12.01 - 02.04.2010	24	126,00 **	SU-K 8	06.04 - 18.06.2010	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - auch in den Ferien	Mi, Sa	16:45 - 17:30	SU-K 4	12.01 - 02.04.2010	24	126,00 **	SU-K 9	06.04 - 18.06.2010	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - auch in den Ferien	Mi, Sa	17:30 - 18:15	SU-K 5	12.01 - 02.04.2010	24	126,00 **	SU-K 10	06.04 - 18.06.2010	20	60,00 **



TEMPELHOF-SCHÖNEBERG										
Kombibad Mariendorf Ankogelweg 95, 12107 Berlin, Fon 74 06 78 30				Metro M76 Ankogelweg, Metro M11 Bus X11 Mariendorfer Damm/Buckower Chaussee						
Kinder-Schwimmunterricht (ab 4 Jahre) - Wassergewöhnung	Mo, Mi	13:55 - 14:40	SU-K 1	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 15	02.05 - 29.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Mo, Mi	14:45 - 15:30	SU-K 2	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 16	02.05 - 29.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	15:35 - 16:20	SU-K 3	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 17	02.05 - 29.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Mo, Mi	16:30 - 17:15	SU-K 4	10.01 - 30.03.2011	24	72,00 **	SU-K 18	02.05 - 29.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di	08:30 - 09:15	SU-KITA 1	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 1	03.05 - 28.06.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di	09:30 - 10:15	SU-KITA 2	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 2	03.05 - 28.06.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di	10:15 - 11:00	SU-KITA 3	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	SU-KITA 3	03.05 - 28.06.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	14:00 - 14:45	SU-K 5	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 19	03.05 - 30.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	15:00 - 15:45	SU-K 6	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 20	03.05 - 30.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	16:00 - 16:45	SU-K 7	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 21	03.05 - 30.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	17:00 - 17:45	SU-K 8	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 22	03.05 - 30.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht	Di, Do	17:45 - 18:30	SU-K 9	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 23	03.05 - 30.06.2011	17	51,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 4 Jahre) - Wassergewöhnung	Fr	14:00 - 14:45	SU-K 10	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 24	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Fr	15:00 - 15:45	SU-K 11	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 25	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Fr	16:00 - 16:45	SU-K 12	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 26	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Fr	17:00 - 17:45	SU-K 13	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 27	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **
Kinder-Schwimmunterricht Fortgeschrittene	Fr	17:45 - 18:30	SU-K 14	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	SU-K 28	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **



Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
TEMPELHOF-SCHÖNEBERG										
Sport- und Lehrschwimmhalle Schöneberg Sachsendamm 1, 10829 Berlin, Fon 7 80 98 30				S41 S42 (Ringbahn) S1 S46 S47 Schöneberg, Metro M46 Bus 106, 248 Sportzentrum Schöneberg						
Kraulschwimmen für Anfänger ¹⁾	Do	07:00 - 07:55	SU-E 1	06.01 - 24.03.2011	12	66,00	SU-E 6	07.04 - 16.06.2011	10	55,00
Kraulschwimmen Trainingskurs ¹⁾	Do	07:55 - 08:50	SU-E 2	06.01 - 24.03.2011	12	66,00	SU-E 7	07.04 - 16.06.2011	10	55,00
Ausdauertraining für Schwimmer ¹⁾	Fr	13:15 - 14:10	SU-E 3	07.01 - 25.03.2011	12	66,00	SU-E 8	08.04 - 17.06.2011	10	55,00
Kraulschwimmen für Anfänger 1 ¹⁾	Fr	14:10 - 15:05	SU-E 4	07.01 - 25.03.2011	12	66,00	SU-E 9	08.04 - 17.06.2011	10	55,00
Kraulschwimmen für Anfänger 2 ¹⁾	Fr	15:05 - 16:00	SU-E 5	07.01 - 25.03.2011	12	66,00	SU-E 10	08.04 - 17.06.2011	10	55,00

¹⁾ Info und Anmeldung: Gerd Schmidl
Mail: cube.gerd@googlemail.com

TREPTOW-KÖPENICK										
Schwimmhalle Baumschulenweg Neue Krugallee 209, 12437 Berlin, Fon 5 32 97 19				S45 S46 S47 S8 S85 S9 Baumschulenweg, Bus 167, 170, 265 Baumschulenstr./Neue Krugallee						
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Anfänger	Di, Do	15:00 - 15:45	SU-K 1	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 4	05.04 - 16.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Anfänger	Di, Do	15:55 - 16:40	SU-K 2	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 5	05.04 - 16.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (ab 5 Jahre) - Anfänger	Di, Do	16:50 - 17:35	SU-K 3	11.01 - 31.03.2011	24	72,00 **	SU-K 6	05.04 - 16.06.2011	20	60,00 **

Kleine Schwimmhalle Wuhlheide										
An der Wuhlheide 161, 12459 Berlin, Fon 53 89 29 30				Tram 27, 63, 67 Parkstr.						
Kinder-Schwimmunterricht (Vorschulkinder)	Mo, Di	15:00 - 15:45	SU-K 1	10.01 - 15.03.2011	20	60,00 **				
Kinder-Schwimmunterricht (Vorschulkinder)	Di, Do	14:00 - 14:45	SU-K 2	11.01 - 17.03.2011	20	60,00 **				
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Mi, Do	15:00 - 15:45	SU-K 3	12.01 - 17.03.2011	20	60,00 **				
Kinder-Schwimmunterricht (Vorschulkinder)	Mo, Di, Mi	14:00 - 14:45					SU-K 4	02.05 - 15.06.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Mo, Di, Mi	15:00 - 15:45					SU-K 5	12.01 - 17.03.2011	20	60,00 **

Schwimmhalle Allendeviertel										
Pablo-Neruda-Straße 5, 12559 Berlin, Fon 6 54 30 04				Tram 27, 67 Pablo-Neruda-Str. Bus X69, 167, 269 Krankenhaus Köpenick						
KITA-Schwimmunterricht (Informationen an der Kasse)	Mo, Fr	08:00 - 12:00	SU-KITA		20	60,00 **				
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Mo, Di, Mi	16:00 - 16:45	SU-K 1	10.01 - 24.02.2011	20	60,00 **	SU-K 3	28.02 - 14.04.2011	20	60,00 **
Kinder-Schwimmunterricht (5-7 Jahre)	Mo, Di, Mi	17:00 - 17:45	SU-K 2	10.01 - 24.02.2011	20	60,00 **	SU-K 4	28.02 - 14.04.2011	20	60,00 **

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

INFORMATION AQUA-FITNESS UND WASSERGYMNASTIK

Richtig auf Kurs

Die bessere Art, sich fit zu halten

Aqua-Fitness ist die unbeschwerteste Art, Sport zu treiben, da Ihr Körper nur ein Sechstel seines Gewichtes trägt. Bei keiner anderen Sportart wird die gesamte Körpermuskulatur so Gelenk- und Sehnen schonend beansprucht und gleichzeitig gekräftigt wie bei der Aqua-Fitness.

Zudem ist Aqua-Fitness ein richtiger »Kalorienkiller«! In einer Stunde intensiver Aqua-Fitness verbrauchen Sie bis zu 900 Kalorien. Alle Aqua-Fitness-Kurse nutzen das Wasser als Trainingsgerät. Einen Widerstand spüren Sie bei vielen Übungen mit Geräten wie z. B. dem AquaDisk »SZ« oder den Aqua-Handschuhen. Der spürbare Auftrieb wird bei der Arbeit mit dem Aqua-Fitness-Gürtel und der Pool-Nudel ausgenutzt. Dennoch werden Sie selbst bei intensivem Training kaum einen »Muskelkater« bekommen, da das Wasser Ihre Muskulatur bei jeder Übung immer auch massiert. Durch das Bewegen im Wasser trainieren Sie alle großen Muskelgruppen und kräftigen zudem in besonderer Weise Ihre Atemmuskulatur und Ihre Gefäße. Sie erhalten oder steigern Ihre Beweglichkeit und schulen Ihren Gleichgewichtssinn. Diese einzigartigen Trainingsbedingungen schafft nur das Wasser.

Aqua-Fitness in 4 Stufen

Grundsätzlich eignet sich Aqua-Fitness für jeden. Ob jung oder alt, ob Frau oder Mann, ob dick oder dünn, ob trainiert oder weniger trainiert, jeder kann an Aqua-Fitness teilnehmen, sofern er gesund ist. Damit Sie unter den vielen Kursen den für Sie richtigen schnell finden, bieten wir Ihnen Aqua-Fitness in vier Stufen an! Diese **rot-markierte Leistungsstufe** ist jedem Aqua-Fitnesskurs vorangestellt.

1 Aqua-Fitness als Gesundheits-Sport (AF-G)

Hier handelt es sich um Einsteigerkurse. Diese Kurse beinhalten eine sehr moderate Belastungsform. **Sie sind besonders für Anfänger und sportliche Neueinsteiger gedacht.** Die farblich hervorgehobenen Kurse dieser Stufe erfüllen die Kriterien, die von den Spitzenverbänden der Krankenkassen im § 20 Abs.1 und 2 SGB V festgelegt worden sind. **Sie werden von dem entsprechend beruflich qualifizierten Personal (z. B. Sport- Lehrern und Physiotherapeuten) betreut und haben einen besonders hohen**

vorbeugenden Gesundheitswert. In diesen Kursen erhalten Sie nach einer erfolgreichen und regelmäßigen Teilnahme (80% der geplanten Termine) am Ende des Kurses eine Teilnahmebescheinigung, die Sie bei Ihrer Krankenkasse zur teilweisen Kostenübernahme einreichen können. Diese Kurse bilden einen besonders guten Einstieg für die weitere sportliche Betätigung im Wasser und zu Lande.

2 Aqua-Fitness als Wellness-Sport

Hier handelt es sich um Aktivkurse. Diese Kurse beinhalten eine moderate Belastungsform. Sie eignen sich besonders für diejenigen, die sich erst seit kurzem wieder sportlich betätigen. Auch Angebote für Schwangere, Senioren und Übergewichtige finden Sie in dieser Wellness-Stufe.

3 Aqua-Fitness als Freizeit- und Breitensport

Sie sind gesund, haben Lust sich zu bewegen und wollen sich mit Spaß fordern. Dann sind Sie hier richtig. Das Gros unserer Kurse ist auf diese Personengruppe ausgerichtet. Alle Formen der Aqua-Fitness sowie Aqua-Jogging und Aquarobic werden angeboten.

4 Aqua-Fitness als Training

Diese Kurse wenden sich an die ambitionierten und fortgeschrittenen Aqua-Fitness-Teilnehmer. Besondere Aqua-Fitness-Formen wie Aqua-Jogging und Aqua-Step, Zirkeltraining usw. werden hier verstärkt zum Training herangezogen. Diese Kurse sind für die in der Stufe 1 und 2 aufgeführten Personengruppen nicht geeignet!

Allen Kursteilnehmern wird eine regelmäßige sportärztliche Untersuchung empfohlen!

Die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 8-11.

Anmeldefristen:

für alle A-Kurse: ab dem 8. November 2010

für alle B-Kurse: ab dem 7. Februar 2011

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF										
Stadtbad Charlottenburg (Alte Halle) Krumme Str. 10, 10585 Berlin, Fon 34 38 38 60, Fon (Solarent) 3 42 30 78				U2 Deutsche Oper und Bismarckstraße, U7 Bismarckstraße und R.-Wagner-Platz, Metro M45 Warburgzeile, Bus 101 Otto-Suhr-Allee/Leibnitzstraße						
3 Aqua-Fitness	Mo	11:30 - 12:15	AF 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 8	04.04 - 27.06.2011	1	3,50 *
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	12:30 - 13:15	AF 2	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 9	04.04 - 27.06.2011	1	3,50 *
2 Schwangeren-Aqua-Fitness	Mo	16:00 - 16:45	WG 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	WG 3	04.04 - 27.06.2011	1	3,50 *
2 Senioren-Aqua-Fitness	Di	09:45 - 10:15	AF 3	04.01 - 29.03.2011	1	2,00 *	AF 10	05.04 - 28.06.2011	1	3,50 *
2 Senioren-Aqua-Fitness	Di	10:30 - 11:15	AF 3	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 10	05.04 - 28.06.2011	1	3,50 *
2 Rückenfitness mit Entspannung (Gym.raum)	Di	15:45 - 16:45	F 1	04.01 - 29.03.2011	1	4,00	F 6	05.04 - 28.06.2011	1	4,00
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	18:00 - 18:45	AF 4	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 11	06.04 - 29.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	19:00 - 19:45	AF 5	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 12	06.04 - 29.06.2011	1	3,50 *
2 Beckenboden-Training mit Entspannung (Gym.raum)	Do	10:30 - 11:30	F 2	06.01 - 31.03.2011	1	4,00	F 7	07.04 - 30.06.2011	1	4,00
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Fr	11:15 - 12:00	AF 6	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 13	08.04 - 01.07.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Fr	12:15 - 13:00	AF 7	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 14	08.04 - 01.07.2011	1	3,50 *
2 Schwangeren-Aqua-Fitness	Fr	13:45 - 14:30	WG 2	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	WG 4	08.04 - 01.07.2011	1	3,50 *



Stadtbad Charlottenburg (Neue Halle) Krumme Straße 9, 10585 Berlin, Fon 34 38 38 65				U2 Deutsche Oper und Bismarckstraße, U7 Bismarckstraße und R.-Wagner-Platz, Metro M45 Warburgzeile, Bus 101 Otto-Suhr-Allee/Leibnitzstraße						
3 Aqua-Fitness im flachen u. tiefen Wasser	Mo	11:00 - 11:45	AF 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 13	04.04 - 13.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	13:30 - 14:15	AF 2	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 14	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	14:30 - 15:15	AF 3	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 15	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	17:15 - 18:00	AF 4	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 16	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	18:15 - 19:00	AF 5	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 17	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Di	19:15 - 20:00	AF 6	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 18	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
2 Aqua-Fitness	Di	20:15 - 21:00	AF 7	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 19	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen u. tiefen Wasser (25 m Becken)	Do	12:15 - 13:00	AF 8	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 20	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	17:15 - 18:00	AF 9	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 21	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	18:15 - 19:00	AF 10	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 22	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Do	19:15 - 20:00	AF 11	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 23	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	20:15 - 21:00	AF 12	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 24	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF										
Stadtbad Wilmersdorf Mecklenburgische Straße 80, 10713 Berlin, Fon 82 00 74 -0, Fon (Solarent) 8 21 00 65				U3 Heidelberger Platz, S41 S42 (Ringbahn) S46 Heidelberger Platz, Bus 249 Brabanter Platz						
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	18:20 - 19:05	AF 1	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 12	04.04 - 27.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mo	19:15 - 20:00	AF 2	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 13	04.04 - 27.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	20:15 - 21:00	AF 3	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 14	04.04 - 27.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	18:15 - 19:00	AF 4	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **				
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	18:00 - 18:45					AF 15	05.04 - 28.06.2011	13	39,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	18:15 - 19:00	AF 5	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 16	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	19:15 - 20:00	AF 6	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 17	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Mi	20:15 - 21:00	AF 7	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 18	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
3 Aqua-Fitness	Do	12:30 - 13:15	AF 8	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **				
2 Aqua-Fitness	Do	13:15 - 14:00	AF 9	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 19	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Fitness	Do	14:15 - 15:00					AF 20	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	18:15 - 19:00	AF 10	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 21	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	19:15 - 20:00	AF 11	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 22	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG**Bad am Spreewaldplatz**

Wiener Straße 59h, 10999 Berlin, Fon 69 53 52 0

U1 Görlitzer Bahnhof, **Metro M29** Spreewaldplatz

2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	11:30 - 12:15	AF 1	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 11	05.04 - 26.04.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Di	12:30 - 13:15	AF 2	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 12	05.04 - 26.04.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	17:00 - 17:45	AF 3	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 13	05.04 - 07.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	18:00 - 18:45	AF 4	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 14	05.04 - 07.06.2011	1	3,50 *
4 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Di	19:00 - 19:45	AF 5	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 15	05.04 - 07.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mi	18:45 - 19:30	AF 6	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 16	06.04 - 08.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mi	19:45 - 20:30	AF 7	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 17	06.04 - 08.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	17:00 - 17:45	AF 8	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 18	07.04 - 09.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	18:00 - 18:45	AF 9	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 19	07.04 - 09.06.2011	1	3,50 *
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	19:00 - 19:45	AF 10	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 20	07.04 - 09.06.2011	1	3,50 *

FRIEDRICHSHAIN-KREUZBERG**Schwimmhalle Holzmarktstraße**

Holzmarktstr. 51, 10243 Berlin, Fon 2 49 21 72, Fon (Solarent) 2 49 55 70

S3 S5 S7 S75 S9 Jannowitzbrücke,
U8 Jannowitzbrücke, **Bus 240** Stralauer Platz

Aqua-Fitness	Mi	18:45 - 19:30	AF 1	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 6	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Aqua-Fitness	Mi	19:30 - 20:15	AF 2	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 7	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	20:30 - 21:15	AF-G 3	05.01 - 30.03.2011	13	52,00 **	AF-G 8	06.04 - 15.06.2011	11	44,00 **
Aqua-Fitness	Fr	18:30 - 19:30	AF 4	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 9	08.04 - 17.06.2011	1	3,50 *
Aqua-Fitness	Fr	19:30 - 20:15	AF 5	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 10	08.04 - 17.06.2011	1	3,50 *

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
LICHTENBERG-HOHENSCHÖNHAUSEN										
Schwimmhalle Anton-Saefkow-Platz Anton-Saefkow-Platz 1, 10369 Berlin, Fon 9 72 9169, Fon (Solarent) 9 70 5263				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Storkower Straße, Metro M5, M6 Judith-Auer-Str., Metro M8 Anton-Saefkow-Platz, Metro M13 Tram 16 Landsberger Allee/Weißeenseer Weg						
2 Aqua-Fitness	Di	18:15 - 19:00	AF 1	11.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 10	12.04 - 26.04.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Di	19:15 - 20:00	AF 2	11.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 11	12.04 - 26.04.2011	1	3,50 *
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene	Di	20:15 - 21:00	AF 3	11.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 12	12.04 - 26.04.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness - Anfänger	Mi	18:15 - 19:00	AF 4	12.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				
3 Aqua-Fitness	Mi	19:15 - 20:00	AF 5	12.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				
3 Aqua-Fitness	Mi	20:15 - 21:00	AF 6	12.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				
3 Aqua-Fitness	Do	18:15 - 19:00	AF 7	13.01 - 31.03.2011	1	3,50 *				
3 Aqua-Fitness	Do	19:15 - 20:00	AF 8	13.01 - 31.03.2011	1	3,50 *				
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene	Do	20:15 - 21:00	AF 9	13.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 18	14.04 - 28.04.2011	1	3,50 *

Schwimmhalle Sewanstraße Sewanstraße 229, 10319 Berlin, Fon 5 12 40 35				U5 Tierpark, Bus 296 Mellenseestr./Sewanstr., Bus 396 Sewanstr./Dolgenseestr.						
3 Aqua-Fitness	Di	18:00 - 18:45	AF 1	04.01 - 26.04.2011	1	3,50 *	AF 8	03.05 - 14.06.2011	7	21,00 **
3 Aqua-Fitness	Di	19:00 - 19:45	AF 2	04.01 - 26.04.2011	1	3,50 *	AF 9	03.05 - 14.06.2011	7	21,00 **
3 Aqua-Fitness	Do	18:00 - 18:45	AF 3	06.01 - 28.04.2011	1	3,50 *	AF 10	05.05 - 16.06.2011	6	18,00 **
3 Aqua-Fitness	Do	19:00 - 19:45	AF 4	06.01 - 28.04.2011	1	3,50 *	AF 11	05.05 - 16.06.2011	6	18,00 **
2 Aqua-Fitness	Fr	18:30 - 19:15	AF 6	07.01 - 29.04.2011	1	3,50 *	AF 13	06.05 - 17.06.2011	6	18,00 **
3 Aqua-Fitness	Fr	19:30 - 20:15	AF 7	07.01 - 29.04.2011	1	3,50 *	AF 14	06.05 - 17.06.2011	6	18,00 **

Schwimmhalle Zingster Straße Zingster Str. 16, 13051 Berlin, Fon 70 71 82 60, Fon (Solarent) 9 28 61 60				S75 Hohenschönhausen, Metro M4, M5 Ahrenshooper Str., Metro M17 Bus X54, 154, 256, 893 Prerower Platz						
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	17:00 - 17:45	AF 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 5	04.04 - 13.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	17:45 - 18:30	AF 2	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 6	04.04 - 13.06.2011	1	3,50 *
Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	17:15 - 18:00	AF 3	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				
Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	18:10 - 18:55	AF 4	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				

LICHTENBERG-HOHENSCHÖNHAUSEN										
Schwimmhalle im Sportforum Hohenschönhausen Fritz-Lesch-Straße 25, 13053 Berlin, Fon 66 64 62 02				Metro M13 Sportforum						
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Mi	18:30 - 19:15	AF-G 1	05.01 - 09.03.2011	10	30,00 **	AF-G 7	25.05 - 27.07.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Mi	19:30 - 20:15	AF-G 2	05.01 - 09.03.2011	10	30,00 **	AF-G 8	25.05 - 27.07.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Mi	20:30 - 21:15	AF-G 3	05.01 - 09.03.2011	10	30,00 **	AF-G 9	25.05 - 27.07.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Mi	18:30 - 19:15	AF-G 1	16.03 - 18.05.2011	10	30,00 **				
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Mi	19:30 - 20:15	AF-G 2	16.03 - 18.05.2011	10	30,00 **				
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Mi	20:30 - 21:15	AF-G 3	16.03 - 18.05.2011	10	30,00 **				
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	18:30 - 19:15	AF-G 4	06.01 - 10.03.2011	10	30,00 **	AF-G 10	26.05 - 28.07.2011	9	27,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	19:30 - 20:15	AF-G 5	06.01 - 10.03.2011	10	30,00 **	AF-G 11	26.05 - 28.07.2011	9	27,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	20:30 - 21:15	AF-G 6	06.01 - 10.03.2011	10	30,00 **	AF-G 12	26.05 - 28.07.2011	9	27,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
LICHTENBERG-HOHENSCHÖNHAUSEN										
Fortsetzung Schwimmhalle im Sportforum Hohenschönhausen										
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	18:30 - 19:15	AF-G 4	17.03 - 19.05.2011	10	30,00 **				
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	19:30 - 20:15	AF-G 5	17.03 - 19.05.2011	10	30,00 **				
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	20:30 - 21:15	AF-G 6	17.03 - 19.05.2011	10	30,00 **				

¹⁾ Info und Anmeldung: Dr. Kurt Mocker
Fon: 9831 52 45 u. 2243 44 30 Fax: 9831 52 43
Mail: info@sv-gesuenderleben.de

MARZAHN-HELLERSDORF										
Schwimmhalle »Helmut Behrendt« am Helene-Weigel-Platz				S7 S75 Springpfehl, Metro M8 Tram 18						
Helene-Weigel-Platz 9, 12681 Berlin, Fon 5 41 14 60				Bus 194 Helene-Weigel-Platz						
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	18:30 - 19:15	AF 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 10	28.02 - 23.05.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	19:15 - 20:00	AF 2	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 11	28.02 - 23.05.2011	1	3,50 *
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	20:15 - 21:00	AF 3	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 12	28.02 - 23.05.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	14:00 - 14:45	WG 1	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	WG 3	02.03 - 25.05.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	14:45 - 15:30	WG 2	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	WG 4	02.03 - 25.05.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	18:15 - 19:00	AF 4	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	19:15 - 20:00	AF 5	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	20:15 - 21:00	AF 6	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *				
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	18:15 - 19:00	AF 7	06.01 - 10.03.2011	10	30,00 **	AF 16	17.03 - 19.05.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	19:15 - 20:00	AF 8	06.01 - 10.03.2011	10	30,00 **	AF 17	17.03 - 19.05.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾	Do	20:15 - 21:00	AF 9	06.01 - 10.03.2011	10	30,00 **	AF 18	17.03 - 19.05.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾							AF 19	26.05 - 28.07.2011	9	27,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾							AF 20	26.05 - 28.07.2011	9	27,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser ¹⁾							AF 21	26.05 - 28.07.2011	9	27,00 **

¹⁾ Info und Anmeldung: Dr. Kurt Mocker
Fon: 9831 52 45 u. 2243 44 30 Fax: 9831 52 43
Mail: info@sv-gesuenderleben.de

Schwimmhalle Kaulsdorf				U5 Kaulsdorf Nord,						
Clara-Zetkin-Weg 13, 12619 Berlin,				Bus 191, 197, 291 U Kaulsdorf Nord						
Fon 5 63 36 70, (Solarent) 56 49 76 09										
3 Aqua-Fitness	Mi	17:15 - 18:00	AF 1	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 11	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Mi	18:15 - 19:00	AF 2	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 12	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene	Mi	19:15 - 20:00	AF 3	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 13	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
2 Aqua-Fitness - Anfänger	Mi	20:15 - 21:00	AF 4	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 14	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
2 Senioren-WG	Do	11:30 - 12:15	WG 1	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	WG 3	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 *
3 Senioren-WG	Do	12:15 - 13:00	WG 2	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	WG 4	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 *
2 Aqua-Fitness	Do	18:15 - 19:00	AF 5	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 15	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
MARZAHN-HELLERSDORF										
<i>Fortsetzung Schwimmhalle Kaulsdorf</i>										
2 Aqua-Fitness	Do	19:15 - 20:00	AF 6	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 16	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene	Do	20:15 - 21:00	AF 7	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 17	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness	Fr	18:15 - 19:00	AF 8	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 18	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness	Fr	19:15 - 20:00	AF 9	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 19	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness	Fr	20:15 - 21:00	AF 10	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 20	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **

MITTE

Kombibad Seestraße				U8 U9 Osloer Str., Metro M13 Tram 50 Bus 327						
Seestraße 80, 13347 Berlin, Fon 45 50 82. - 0				Luise. - Schröder. - Platz, Bus 125, 128, 150, 255 U Osloer Str.						
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	17:00 - 17:45	AF 1	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 13	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	17:50 - 18:35	AF 2	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 14	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	18:40 - 19:25	AF 3	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 15	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Mi	19:30 - 20:15	AF 4	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 16	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
2 Senioren-WG / Senioren-Aqua-Fitness	Do	07:00 - 07:45	AF 5	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 17	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
3 Senioren-WG / Senioren-Aqua-Fitness	Do	08:00 - 08:45	AF 6	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 18	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
2 Senioren-WG / Senioren-Aqua-Fitness	Do	09:00 - 09:45	AF 7	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 19	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
2 Senioren-WG / Senioren-Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbekken)	Do	11:00 - 11:45	AF 8	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 20	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	16:30 - 17:15	AF 9	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 21	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	17:20 - 18:05	AF 10	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 22	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	18:10 - 18:55	AF 11	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 23	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	19:05 - 19:50	AF 12	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 24	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **

Stadtbad Tiergarten				S5 S7 S9 S75 Hauptbahnhof, Bus 120, 123 Seydlitzstr., Bus 123, 187						
Seydlitzstraße 7, 10557 Berlin, Fon 39 78 01 - 0				Turmstr./Rathenower Str., Bus 245 Alt-Moabit/Rathenower Str.						
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	16:15 - 17:00	AF 1	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 11	05.04 - 21.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	17:00 - 17:45	AF 2	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 12	05.04 - 21.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	18:00 - 18:45	AF 3	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 13	05.04 - 21.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	19:00 - 19:45	AF 4	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 14	05.04 - 21.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	10:00 - 10:45	AF 5	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 15	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	11:00 - 11:45	AF 6	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 16	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	17:00 - 17:45	AF 7	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 17	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	18:00 - 18:45	AF 8	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 18	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Mi	19:00 - 19:45	AF 9	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 19	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
4 Aqua-Fitness	Fr	20:00 - 20:45	AF 10	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 20	08.04 - 24.06.2011	1	3,50 *

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
MITTE										
Stadtbad Mitte Gartenstraße 5, 10115 Berlin, Fon 3 08 80 90				S1 S2 S25 Nordbahnhof, Metro M8 Tram 12 S Nordbahnhof, Bus 240 Tucholskyst.						
2 Aqua-Fitness	Mo	17:30 - 18:15	AF 1	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 9	04.04 - 06.06.2011	9	27,00 **
3 Aqua-Fitness (VHS-Mitte) ¹⁾	Mo	18:20 - 19:05	AF-VHS 2	17.01 - 21.03.2011	10	35,00 **	AF-VHS 10	04.04 - 06.06.2011	9	32,00 **
3 Aqua-Fitness	Mo	19:10 - 19:55	AF 3	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 11	04.04 - 06.06.2011	9	27,00 **
3 Aqua-Fitness	Mo	20:00 - 20:45	AF 4	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 12	04.04 - 06.06.2011	9	27,00 **
2 Aqua-Fitness	Mi	17:30 - 18:15	AF 5	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 13	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Mi	18:20 - 19:05	AF 6	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 15	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness (VHS-Mitte) ²⁾	Mi	19:10 - 19:55	AF-VHS 7	19.01 - 23.03.2011	10	35,00 **	AF-VHS 14	06.04 - 08.06.2011	10	35,00 **
3 Aqua-Fitness	Mi	20:00 - 20:45	AF 8	05.01 - 30.03.2011	13	26,00 **	AF 16	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
2 Fit ab 50 (allgemeines Konditionstraining)	Mi	18:15 - 19:00	F 1	05.01 - 30.03.2011	1	3,50	F 3	06.04 - 15.06.2011	1	3,50 *
3 Fit ab 50 (allgemeines Konditionstraining)	Mi	19:15 - 20:00	F 2	05.01 - 30.03.2011	1	3,50	F 4	06.04 - 15.06.2011	1	3,50 *

¹⁾ Anmeldung über VHS-Mitte: Mi 302-355 F / Mi 302-358 S
²⁾ Anmeldung über VHS-Mitte: Mi 302-356 F / Mi 302-359 S

Schwimmhalle Fischerinsel Fischerinsel 11, 10179 Berlin, Fon 2 01 39 85, Fon (Solarent) 2 01 20 50				U2 Spittelmarkt, Metro M48 Bus 147, 248, 347 Fischerinsel						
3 Aqua-Fitness	Mi	18:00 - 18:45	AF 1	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 6	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
4 Aqua-Fitness	Mi	19:15 - 20:00	AF 2	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 7	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
2 Aqua-Fitness	Mi	20:15 - 21:00	AF 3	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 8	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Fr	18:15 - 19:00	AF 4	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 9	08.04 - 17.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Fr	19:15 - 20:00	AF 5	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 10	08.04 - 17.06.2011	1	3,50 *

NEUKÖLLN										
Stadtbad Neukölln Ganghofer Straße 3, 12043 Berlin, Fon 68 24 98 12				U7 Rathaus Neukölln und Karl-Marx-Straße, Metro M41 Erkstraße, Bus 104, 167 U Rathaus Neukölln						
2 Aqua-Fitness / WG	Mo	12:15 - 13:00	AF 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 7	04.04 - 13.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness / WG	Mo	13:15 - 14:00	AF 2	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 8	04.04 - 13.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness	Di	16:15 - 17:00	AF 3	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 **	AF 9	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Di	17:15 - 18:00	AF 4	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 10	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Do	18:15 - 19:00	AF 5	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 11	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Do	19:15 - 20:00	AF 6	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 12	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A		Nr. B	Kurs B			
				Zeitraum A	h		Euro A	Zeitraum B	h	Euro B
PANKOW										
Schwimmhalle Ernst-Thälmann-Park Lilli-Henoch-Straße 20, 10405 Berlin, Fon 4 20 24 91-0				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Greifswalder Straße, Metro M2 Fröbelstr., Metro M4 S Greifswalder Str., Metro M10 Winsstr.						
Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	17:45 - 18:30	AF 1	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 15	02.05 - 20.06.2011	7	21,00 **
Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Mo	18:30 - 19:15	AF 2	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 16	02.05 - 20.06.2011	7	21,00 **
Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	19:15 - 20:00	AF 3	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 17	02.05 - 20.06.2011	7	21,00 **
Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	20:15 - 21:00	AF 4	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 18	02.05 - 20.06.2011	7	21,00 **
2 Aqua-Fitness / WG	Di	10:00 - 10:45	AF 5	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 19	03.05 - 21.06.2011	8	24,00 **
2 Aqua-Fitness / WG	Di	11:00 - 11:45	AF 6	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 20	03.05 - 21.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	17:45 - 18:30	AF 7	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 21	03.05 - 21.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene (3 Bahnen)	Di	18:30 - 19:15	AF 8	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 22	03.05 - 21.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	19:15 - 20:00	AF 9	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 23	03.05 - 21.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	20:15 - 21:00	AF 10	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 24	03.05 - 21.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	18:00 - 18:45	AF 11	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 25	05.05 - 23.06.2011	7	21,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	19:00 - 19:45	AF 12	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 26	05.05 - 23.06.2011	7	21,00 **
2 Aqua-Fitness / WG	Fr	11:00 - 11:45	AF 13	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 27	06.05 - 24.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness / WG	Fr	12:00 - 12:45	AF 14	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 28	06.05 - 24.06.2011	8	24,00 **
Schwimmhalle Buch										
Wolfgang-Heinz-Straße 41, 13125 Berlin, Fon 949 40 26				S2 Buch Bus 150 und 158 Karower Chaussee						
2 Aqua-Fitness - Anfänger	Mo	19:00 - 19:45	AF 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 6	04.04 - 30.05.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Mo	20:15 - 21:00	AF 2	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 7	04.04 - 30.05.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Mi	18:15 - 19:00	AF 3	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 8	06.04 - 01.06.2011	9	27,00 **
3 Aqua-Fitness	Mi	19:15 - 20:00	AF 4	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 9	06.04 - 01.06.2011	9	27,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene	Mi	20:15 - 21:00	AF 5	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 10	06.04 - 01.06.2011	9	27,00 **
SSE Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark										
Paul-Heyse-Straße 26, 10407 Berlin, Fon 42 18 61 20				S41 S42 (Ringbahn) S8 S85 Landsberger Allee, Metro M5, M6, M8 Bus 156 S Landsberger Allee, Metro M10 Paul-Heyse-Str., Bus 200 C.-Blenkle-Str.						
2 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30°)	Mo	19:30 - 20:15	AF 1	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	AF 22	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30°)	Mo	20:30 - 21:15	AF 2	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	AF 23	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
2 Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbekken)	Mo	19:30 - 20:15	AF 3	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	AF 24	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbekken)	Mo	20:30 - 21:15	AF 4	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	AF 25	04.04 - 20.06.2011	10	30,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene (im Lehrschwimmbekken)	Di	18:30 - 19:15	AF 5	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	AF 26	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Kurs A			Kurs B				
			Nr. A	Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
PANKOW										
<i>Fortsetzung SSE Schwimm- und Sprunghalle im Europa-Sportpark</i>										
3 Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbecken)	Di	19:30 - 20:15	AF 6	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	AF 27	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Di	19:30 - 20:15	AF 7	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	AF 28	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
1 Aqua-Fitness als Gesundheits- sport (Therapiebecken)	Di	20:30 - 21:15	AF-G 8	11.01 - 29.03.2011	12	48,00 **	AF-G 29	05.04 - 21.06.2011	12	48,00 **
2 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Mi	17:15 - 18:00	AF 9	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	AF 30	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Mi	18:15 - 19:00	AF 10	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	AF 31	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Mi	19:15 - 20:00	AF 11	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	AF 32	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
2 Aqua-Fitness als Gesundheits- sport (im Therapiebecken)	Mi	20:15 - 21:00	AF-G 12	12.01 - 30.03.2011	12	48,00 **	AF-G 33	06.04 - 22.06.2011	12	48,00 **
2 Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbecken)	Mi	19:00 - 19:45	AF 13	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	AF 34	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbecken)	Mi	20:00 - 20:45	AF 14	12.01 - 30.03.2011	12	36,00 **	AF 35	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
2 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Do	19:30 - 20:15	AF 15	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **	AF 36	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
2 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Do	20:30 - 21:15	AF 16	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **	AF 37	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
1 Aqua-Fitness als Gesundheits- sport (im Lehrschwimmbecken)	Do	19:00 - 19:45	AF-G 17	13.01 - 31.03.2011	12	48,00 **	AF-G 38	07.04 - 23.06.2011	11	44,00 **
3 Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbecken)	Do	20:00 - 20:45	AF 18	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **	AF 39	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
1 Aqua-Fitness (im Lehrschwimmbecken)	Fr	18:30 - 19:15	AF 19	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	AF 40	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Fr	19:30 - 20:15	AF 20	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	AF 41	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Wellness (im Therapiebecken 30 °)	Fr	20:30 - 21:15	AF 21	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	AF 42	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Kurs A			Kurs B				
			Nr. A	Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
REINICKENDORF										
Stadtbad Märkisches Viertel Wilhelmsruher Damm 142d, 13439 Berlin, Fon 4 16 80 80			Metro M21 Bus X21, X33, 124 Märkisches Zentrum, Bus 122, 221 Märkische Zeile							
3 Aqua-Fitness	Mo	17:15 - 18:00	AF 1	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 15	04.04 - 13.06.2011	10	30,00 **
1 Aqua-Fitness	Mo	18:15 - 19:00	AF 2	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 16	04.04 - 13.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness	Mo	19:15 - 20:00	AF 3	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 17	04.04 - 13.06.2011	10	30,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgesschrittene	Mo	20:15 - 21:00	AF 4	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 18	04.04 - 13.06.2011	10	30,00 **
Aqua-Fitness / WG im flachen Wasser	Di	13:45 - 14:30	AF 5	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 19	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
Aqua-Fitness / WG im flachen Wasser	Di	14:45 - 15:30	AF 6	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 20	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
2 Aqua-Fitness	Di	18:30 - 19:15	AF 7	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 21	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
1 Aqua-Fitness	Di	19:15 - 20:00	AF 8	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 22	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Mi	15:30 - 16:15	AF 9	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 23	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Mi	16:15 - 17:00	AF 10	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 24	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Mi	17:15 - 18:00	AF 11	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 25	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgesschrittene	Mi	18:15 - 19:00	AF 12	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 26	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Aqua-Fitness / WG im flachen Wasser	Do	13:45 - 14:30	AF 13	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 27	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
Aqua-Fitness / WG im flachen Wasser	Do	14:45 - 15:30	AF 14	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 28	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 **
2 Aqua-Fitness	Fr	16:00 - 16:45	AF 15	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 31	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **
3 Aqua-Fitness	Fr	16:45 - 17:30	AF 16	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 32	08.04 - 17.06.2011	10	30,00 **



Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Kurs A			Kurs B				
			Nr. A	Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
REINICKENDORF										
Paracelsus-Bad Roedernallee 200/204, 13407 Berlin, Fon 49 87 76 0, Fon (Solarent) 4 96 40 93			U8 Paracelsus-Bad, S25 Alt-Reinickendorf, Bus 120, 122, 320, 322 U Paracelsus-Bad							
3 Aqua-Fitness	Di	18:00 - 18:45	AF 1	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 17	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
1 Aqua-Fitness als Gesundheitssport	Di	18:50 - 19:35	AF 2	04.01 - 29.03.2011	13	52,00 **	AF-G 18	05.04 - 21.06.2011	11	44,00 **
3 Aqua-Fitness	Di	19:40 - 20:25	AF 3	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 19	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene	Di	20:30 - 21:15	AF 4	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 20	05.04 - 21.06.2011	12	36,00 **
2 Aqua-Fitness	Mi	10:00 - 10:45	AF 5	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 21	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Mi	11:00 - 11:45	AF 6	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 22	06.04 - 22.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Mi	17:45 - 18:30	AF 7	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 23	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
2 Aqua-Fitness	Mi	18:30 - 19:15	AF 8	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 24	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
2 Aqua-Fitness	Mi	19:15 - 20:00	AF 9	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 25	06.04 - 22.06.2011	12	36,00 **
Aerobic "Fatburner"	Do	17:00 - 17:45	Gym. 1	13.01 - 31.03.2011	1	4,00	Gym. 7	07.04 - 23.06.2011	1	4,00
Body Shape	Do	18:00 - 18:45	Gym. 2	13.01 - 31.03.2011	1	4,00	Gym. 8	07.04 - 23.06.2011	1	4,00
Wirbelsäulengymnastik	Do	19:00 - 19:45	Gym. 3	13.01 - 31.03.2011	1	4,00	Gym. 9	07.04 - 23.06.2011	1	4,00
3 Aqua-Fitness	Do	18:00 - 18:45	AF 10	06.01 - 31.03.2011	13	24,00 **	AF 26	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Do	18:50 - 19:35	AF 11	06.01 - 31.03.2011	13	24,00 **	AF 27	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness	Do	19:40 - 20:25	AF 12	06.01 - 31.03.2011	13	24,00 **	AF 28	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
4 Aqua-Fitness - Fortgeschrittene	Do	20:30 - 21:15	AF 13	06.01 - 31.03.2011	13	24,00 **	AF 29	07.04 - 23.06.2011	11	33,00 **
Step-Aerobic	Fr	14:30 - 15:15	Gym. 4	14.01 - 01.04.2011	1	4,00	Gym. 10	08.04 - 24.06.2011	1	4,00
Flexi-Gym	Fr	15:15 - 16:00	Gym. 5	14.01 - 01.04.2011	1	4,00	Gym. 11	08.04 - 24.06.2011	1	4,00
Bauch- und Rückentraining	Fr	16:00 - 16:30	Gym. 6	14.01 - 01.04.2011	1	3,00	Gym. 12	08.04 - 24.06.2011	1	3,00
2 Aqua-Fitness	Fr	17:45 - 18:30	AF 14	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 30	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
2 Aqua-Fitness	Fr	18:30 - 19:15	AF 15	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 31	08.04 - 24.06.2011	11	33,00 **
1 Aqua-Fitness als Gesundheitssport	Fr	19:15 - 20:00	AF 16	07.01 - 01.04.2011	13	52,00 **	AF-G 32	08.04 - 24.06.2011	11	44,00 **




Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Kurs A				Kurs B			
			Nr. A	Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
SPANDAU										
Stadtbad Spandau-Nord Radelandstraße 1,13589 Berlin, Fon 375 10 35					Bus M45, 671 Klinkeplatz Bus 130 Radelandstr./Pflegeheim					
3 Aqua-Fitness	Mo	08:15 - 09:00	AF 1	03.01 - 28.03.2011	1	3,50 *	AF 14	28.03 - 06.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness	Di	14:00 - 14:45	AF 2	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 *	AF 15	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 *
2 Aqua-Fitness	Di	18:00 - 18:45	AF 3	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 *	AF 16	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 *
2 Aqua-Fitness	Di	19:00 - 19:45	AF 4	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 *	AF 17	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 *
3 Aqua-Fitness	Di	20:00 - 20:45	AF 5	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 *	AF 18	05.04 - 14.06.2011	11	33,00 *
2 Aqua-Fitness	Mi	17:00 - 17:45	AF 6	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 *	AF 19	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 *
3 Aqua-Fitness	Mi	18:00 - 18:45	AF 7	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 *	AF 20	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 *
3 Aqua-Fitness	Do	14:00 - 14:45	AF 8	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 *	AF 21	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 *
3 Aqua-Fitness	Do	18:00 - 18:45	AF 9	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 *	AF 22	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 *
4 Aqua-Fitness	Do	19:00 - 19:45	AF 10	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 *	AF 23	07.04 - 16.06.2011	10	30,00 *
2 Aqua-Fitness	Sa	16:30 - 17:15	AF 11	08.01 - 02.04.2011	1	3,50 *	AF 24	09.04 - 18.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness	Sa	17:30 - 18:15	AF 12	08.01 - 02.04.2011	1	3,50 *	AF 25	09.04 - 18.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua-Fitness	So	10:00 - 10:45	AF 13	09.01 - 03.04.2011	1	3,50 *	AF 26	10.04 - 19.06.2011	1	3,50 *



Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
STEGLITZ-ZEHLENDORF										
Stadtbad Lankwitz Leonorenstraße 39, 12247 Berlin, Fon 7 71 30 40, Fon (Solarent) 7 71 70 17				S25 Lankwitz, Metro M82 Bus 181, 187, 283, 284 Stadtbad Lankwitz, Bus X83 S Lankwitz						
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mo	18:30 - 19:15	AF 1	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 21	04.04 - 27.06.2011	11	33,00 **
2 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mo	19:30 - 20:15	AF 2	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 22	04.04 - 27.06.2011	11	33,00 **
1 Aqua-Fitness als Gesundheitssport	Mo	20:30 - 21:15	AF-G 3	03.01 - 28.03.2011	13	52,00 **	AF-G 23	04.04 - 27.06.2011	11	44,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Di	18:30 - 19:15	AF 4	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 24	05.04 - 28.06.2011	13	39,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Di	19:30 - 20:15	AF 5	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 25	05.04 - 28.06.2011	13	39,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Di	20:30 - 21:15	AF 6	04.01 - 29.03.2011	13	39,00 **	AF 26	05.04 - 28.06.2011	13	39,00 **
2 Aqua-Fitness / WG	Mi	09:00 - 09:45	AF 7	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 27	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
2 Aqua-Fitness / WG	Mi	10:00 - 10:45	AF 8	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 28	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
3 Aqua-Fitness / WG	Mi	11:00 - 11:45	AF 9	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 29	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
2 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mi	18:00 - 18:45	AF 10	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 30	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mi	18:45 - 19:30	AF 11	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 31	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mi	19:40 - 20:25	AF 12	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 32	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Mi	20:35 - 21:20	AF 13	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 33	06.04 - 29.06.2011	13	39,00 **
2 Aqua-Fitness / WG im flachen Wasser	Do	08:30 - 09:15	AF 14	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 34	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Fitness / WG im tiefen Wasser	Do	09:30 - 10:15	AF 15	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 35	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
2 Aqua-Fitness / WG im tiefen Wasser	Do	10:15 - 11:00	AF 16	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 36	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Do	17:45 - 18:30	AF 17	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 37	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
2 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Do	18:30 - 19:15	AF 18	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 38	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Do	19:30 - 20:15	AF 19	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 39	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Do	20:30 - 21:15	AF 20	06.01 - 31.03.2011	13	39,00 **	AF 40	07.04 - 30.06.2011	12	36,00 **
Schwimmhalle Hüttenweg Hüttenweg 41, 14195 Berlin, Fon 34 33 39 11				U3 Oskar-Helene-Heim, Metro M11 Bus X10, 110, 115, 285, 623 U Oskar-Helene-Heim						
Aqua-Fitness	Mi	18:30 - 19:15	AF 1	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 4	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Aqua-Fitness	Mi	19:15 - 20:00	AF 2	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 5	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **
Aqua-Fitness	Mi	20:15 - 21:00	AF 3	05.01 - 30.03.2011	13	39,00 **	AF 6	06.04 - 15.06.2011	11	33,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Kurs A			Kurs B				
			Nr. A	Zeitraum A	h	Euro A	Nr. B	Zeitraum B	h	Euro B
TEMPELHOF-SCHÖNEBERG										
Stadtbad Tempelhof Götzstraße 14-18, 12099 Berlin, Fon 7 56 87 30, Fon (Solarent) 7 52 09 35			U6 Alt-Tempelhof, S41 S42 (Ringbahn) S46 S47 Tempelhof, Metro M46 Bus 140, 184, 246 U Alt-Tempelhof							
3 Aqua-Fitness / WG	Mi	09:00 - 09:45	WG 1	03.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	WG 4	04.04 - 15.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness / WG	Mi	11:15 - 12:00	WG 2	03.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	WG 5	04.04 - 15.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness / WG	Fr	13:30 - 14:15	WG 3	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	WG 6	08.04 - 17.06.2011	1	3,50 *
Sport- und Lehrschwimmhalle Schöneberg										
Sachsendamm 1, 10829 Berlin, Fon 7 80 98 30			S41 S42 (Ringbahn) S1 S46 S47 Schöneberg, Metro M46 Bus 106, 248 Sportzentrum Schöneberg							
2 Senioren-Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mo	15:00 - 15:45	AF 1	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 7	04.04 - 13.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Mo	16:00 - 16:45	AF 2	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 8	04.04 - 13.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser Fortgeschrittene	Mo	17:00 - 17:45	AF 3	03.01 - 28.03.2011	13	39,00 **	AF 9	04.04 - 13.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Fr	15:00 - 15:45	AF 4	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 10	08.04 - 17.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Fr	16:00 - 16:45	AF 5	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 11	08.04 - 17.06.2011	11	33,00 **
3 Aqua-Fitness im flachen Wasser	Fr	17:00 - 17:45	AF 6	07.01 - 01.04.2011	13	39,00 **	AF 12	08.04 - 17.06.2011	11	33,00 **
Kombibad Mariendorf										
Ankogelweg 95, 12107 Berlin, Fon 74 06 78 30			Metro M76 Ankogelweg, Metro M11 Bus X11 Mariendorfer Damm/Buckower Chaussee							
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mo	19:00 - 19:45	AF 1	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	AF 15	02.05 - 27.06.2011	8	24,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Mo	19:45 - 20:30	AF 2	10.01 - 28.03.2011	12	36,00 **	AF 16	02.05 - 27.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	17:00 - 17:45	AF 3	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	AF 17	03.05 - 28.06.2011	9	27,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Di	17:45 - 18:30	AF 4	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **	AF 18	03.05 - 28.06.2011	9	27,00 **
4 Aqua-Fitness im tiefen Wasser Fortgeschrittene	Di	18:30 - 19:15	AF 5	11.01 - 29.03.2011	12	36,00 **				
2 Aqua-Fitness / WG	Do	10:00 - 10:45	AF 6	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **				
3 Aqua-Fitness / WG	Do	11:00 - 11:45	AF 7	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **	AF 21	05.05 - 30.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness als Gesundheits-sport im tiefen Wasser	Do	16:45 - 17:30	AF 8	13.01 - 31.03.2011	12	48,00 **	AF	05.05 - 30.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	17:30 - 18:15	AF 8	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **	AF 22	05.05 - 30.06.2011	8	24,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Do	18:15 - 19:00	AF 9	13.01 - 31.03.2011	12	36,00 **	AF 23	05.05 - 30.06.2011	8	24,00 **
1 Aqua-Fitness als Gesundheits-sport im tiefen Wasser	Do	19:00 - 19:45	AF-G 10	13.01 - 31.03.2011	12	48,00 **	AF-G 24	05.05 - 30.06.2011	8	24,00 **
2 Aqua-Fitness / WG	Fr	10:15 - 11:00	AF 11	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	AF 25	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **
3 Aqua-Fitness / WG	Fr	11:00 - 11:45	AF 12	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	AF 26	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Fr	17:00 - 17:45	AF 13	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	AF 27	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Fr	17:45 - 18:30	AF 14	14.01 - 01.04.2011	12	36,00 **	AF 28	06.05 - 01.07.2011	9	27,00 **

Kursbezeichnung	Tage	Zeiten	Nr. A	Kurs A			Nr. B	Kurs B		
				Zeitraum A	h	Euro A		Zeitraum B	h	Euro B
TREPTOW-KÖPENICK										
Schwimmhalle Baumschulenweg				S45 S46 S47 S8 S85 S9 Baumschulenweg, Bus 167, 170, 265 Baumschulenstr./Neue Krugallee						
Neue Krugallee 209, 12437 Berlin, Fon 5 32 97 19										
3 Aqua - Fitness	Di	10:00 - 10:45	AF 1	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 9	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua - Fitness	Di	11:00 - 11:45	AF 2	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 10	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua - Fitness	Di	17:45 - 18:30	AF 3	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 11	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua - Fitness	Di	18:30 - 19:15	AF 4	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 12	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua - Fitness	Di	19:15 - 20:00	AF 5	04.01 - 29.03.2011	1	3,50 *	AF 13	05.04 - 14.06.2011	1	3,50 *
2 Aqua - Fitness	Do	17:45 - 18:30	AF 6	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 14	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua - Fitness	Do	18:30 - 19:15	AF 7	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 15	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua - Fitness	Do	19:15 - 20:00	AF 8	06.01 - 31.03.2011	1	3,50 *	AF 16	07.04 - 16.06.2011	1	3,50 *

Schwimmhalle Allendeviertel				Tram 27, 67 Pablo-Neruda-Str. Bus X69, 167, 269 Krankenhaus Köpenick						
Pablo-Neruda-Straße 5, 12559 Berlin, Fon 6 54 30 04										
2 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	17:30 - 18:15	AF 1	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 7	06.04 - 15.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	18:30 - 19:15	AF 2	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 8	30.03 - 15.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Mi	19:15 - 20:00	AF 3	05.01 - 30.03.2011	1	3,50 *	AF 9	30.03 - 15.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Fr	17:30 - 18:15	AF 4	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 10	01.04 - 17.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Fr	18:30 - 19:15	AF 5	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 11	01.04 - 17.06.2011	1	3,50 *
3 Aqua-Fitness im tiefen Wasser	Fr	19:15 - 20:00	AF 6	07.01 - 01.04.2011	1	3,50 *	AF 12	01.04 - 17.06.2011	1	3,50 *

* Preis pro Unterrichtsstunde zzgl. Eintritt

** Preis zzgl. Eintritt



funpool

Das Sportnetzwerk

DER NEUE

WEG VOM SOFA GUIDE

FÜR WANDER- UND PROJEKTTAGE

Sportgutscheine für Schulklassen

www.schulklassen.sofa-guide.de



UKB

Unfallkasse Berlin

Em-eukal



Berlin

Senatsverwaltung für Bildung,
Wissenschaft und Forschung