

Aquafitness für alle

– im GPR Therapiezentrum PhysioFit

Bringen Sie Körper und Geist in Bewegung, mit unserem zertifizierten Aquafitness-Präventionskurs im warmen Wasser. Aquafitness vereint gelenkschonende Bewegungen mit effektiven Übungen für Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Das Wasser trägt Ihren Körper, entlastet die Gelenke und sorgt gleichzeitig für einen natürlichen Trainingswiderstand – ideal für jedes Alter und jedes Fitnessniveau.

Unsere Kurse im Therapiezentrum PhysioFit im GPR Klinikum werden von qualifizierten Trainerinnen durchgeführt. Ob Sie aktiv etwas für Ihre Gesundheit tun, Verspannungen lösen oder Ihre Fitness nachhaltig verbessern möchten, Aquafitness bietet die perfekte Balance aus Training und Entspannung.



Anerkannter Präventionskurs nach § 20 SGB V

Dieser Aquafitness-Kurs ist ein zertifizierter Präventionskurs und wird von den gesetzlichen Krankenkassen im Rahmen der Primärprävention nach § 20 SGB V bezuschusst. Bitte informieren Sie sich vor Kursbeginn bei Ihrer Krankenkasse über die Höhe der Kostenübernahme oder Bezuschussung.

Kursumfang:

12 Einheiten, feste Kurstage pro Woche

Kurszeiten:

Montag / Dienstag / Mittwoch

Anmeldung und Informationen

Direkt beim GPR PhysioFit

Telefon: 06142 88-1419

E-Mail: physiofit@GP-Ruesselsheim.de

GPR Klinikum

GPR Therapiezentrum *PhysioFit*

August-Bebel-Str. 59

65428 Rüsselsheim am Main

Stand: 01/2026