

OVERZICHT EN AANVANGSTIJDEN VAN AQUA ACTIVITEITEN 2020								
Overzicht activiteiten	Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zondag	tarief	Bijzonderheden
Aquabom			20.30-21.00				2	Bewegen Op Muziek Gevarieerd aqua-fitness programma
Aquajoggen	20.30-21.00	13.30-14.00					2	Conditieprogramma met wetbelts
Aquabody workout		19.45-20.15					2/5	Gevarieerd aqua-fitness programma ontspanning, inspanning en conditie!
Aquaspirit	21.15-21.45						2	Banen zwemprogramma
Aqua active <b>plus!</b>	14.30-15.00	10.45-11.15					2	Actieve conditietraining in diep water
Aquafit voor zwangeren.	20.30-21.00						2	Ontspannen inspannen
Aquavitaal					09.00-09.30 10.30-11.00		4	Aqua-sporten in halfdiep water
Aquavitaal <b>plus!</b>			10.30-11.00				2	Aquajoggen en zwemactiviteiten
Revalidatie <b>plus!</b>		13.30-14.00					2	Gericht actief bewegen in halfdiep water onder begeleiding.
Borstcrawl-training				13.30-14.00			6	Training voor beginners/gevorderden Startdatum zie <a href="http://www.dehelster.nl">www.dehelster.nl</a>
Baby/peuter-zwemmen		09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 10.30-11.00	09.00-09.30 09.30-10.00 10.00-10.30 10.30-11.00				3 3 3 3	6 tot 14 maanden 14 tot 24 maanden 2 tot 3 jaar 3 tot 4 jaar
Banen zwemmen	13.30-14.30 19.15-20.15 21.00-22.00	09.30-10.30 11.30-13.00 14.00-15.00 19.30-20.30 20.30-21.30	07.00-08.30 09.30-10.30 11.00-12.00 19.15-20.15 21.00-22.00	11.30-13.00 13.30-15.00	07.00-08.30 09.30-10.30 11.00-12.00	10.00-11.00 11.30-12.30	1	
Voor alle activiteiten verplicht reserveren via <a href="http://www.dehelster.nl">www.dehelster.nl</a>								

#### Tarieven 2020

voor kinderen tot 4 jaar	€ 1,-			
1. recreatief zwemmen enkel bad	€ 3,90	11 baden	€ 39,00 (1 jaar geldig)***	25 baden € 85,80 (2 jaar geldig)***
2. Aquasportief enkel bad	€ 5,35	11 x aquasportief *	€ 53,50 (1 jaar geldig)***	
3. baby/peuter enkel bad	€ 5,35	badenkaart 14 maal	€ 63,60 (1 jaar geldig)***	
4. toeslag fifty-fit fitness per keer	€ 1,00	badenkaart 11 maal	€ 10,00 (1 jaar geldig)	
5. toeslag 2 <sup>o</sup> activiteit (dinsdagavond)	€ 1,50	badenkaart 11 maal**	€ 68,50 (1 jaar geldig)	
6. Borstcrawltraining		leskaart 11 maal	€ 53,50 (3 maanden geldig)***	
zonnebank per keer	€ 6,00	badenkaart 11 maal	€ 60,00 (1 jaar geldig)***	

\* Activiteitenkaart kan voor alle activiteiten gebruikt worden

\*\* 2 activiteiten op de dinsdagavond

\*\*\* eenmalig € 2,50 aanschaf klantenpas

Activiteiten gaan alleen door bij minimaal 3 personen