

Wassergymnastik

Mittwochs 09:00 - 10:00

- [Sportstätte: Schwimmbad Kettwig](#)
- Übungsleiter: Jessica Rohde
- Zusatzbeitrag 10 EUR/Quartal + Schwimmbadeintritt

- Donnerstags 10:45 - 11:30
- Donnerstags 11:30 - 12:15
- Donnerstags 12:15 - 13:00
- [Sportstätte: Schwimmbad Kettwig](#)
- in der Freibadsaison jeweils 45 Minuten eher
- Übungsleiter: Birgit Horn
- Zusatzbeitrag 10 EUR/Quartal + Schwimmbadeintritt

- Mittwochs 11:45 -12:30
- Mittwochs 12:30 - 13:15
- Donnerstags 12:45-13:30
- [Sportstätte: RAWA Essen Haarzopf](#)
- Übungsleiter: Helmut Zigelski
- **Aqua-Fitness (Zusatzbeitrag 50 EUR/Quartal)**

Wassergymnastik

- Freitags 09:30 - 10:15
- Freitags 10:15 - 11:00
- Freitags 11:00 - 11:45
- in der Freibadsaison jeweils 30 Minuten später
- [Sportstätte: Schwimmbad Kettwig](#)
- Übungsleiter: Birgit Horn
- Zusatzbeitrag 10 EUR/Quartal + Schwimmbadeintritt

Zusatzbeitrag

Schwimmbad RAWA: 50 EUR/Quartal

Schwimmbad Kettwig: 10 EUR/Quartal + Schwimmbadeintritt