

## Sportdienst Gent - zwemmen

### Organisatie

Naam: Sportdienst Gent

Adres: Zuiderlaan 13 te 9000 Gent

Telefoon: +32 9 266 80 00

E-mail: [sportdienst@stad.gent](mailto:sportdienst@stad.gent)

Website: <https://www.instagram.com/gentsport/>

Facebookpagina: <https://www.facebook.com/GentSport/>

### Activiteit

Naam: Sportdienst Gent - zwemmen

Omschrijving: Zwemmen Volwassenen (verschillende niveau's)

Aquagym: Deze bewegingsvorm is een geschikte methode om blessurevrij en conditioneel te trainen. Door de weerstand van het water en het verlies van zwaartekracht krijgen eenvoudige oefeningen een nieuwe dimensie. Houding, motoriek en uithouding worden verbeterd, spierkracht en lenigheid vergroten. Een trainingsvorm voor iedereen.

Meer info: <https://stad.gent/sport2/sportcursussen>

Categorie: Watersport zwemmen

Doelgroep: Gemengd, Personen met een beperking: Nee

Leeftijden: van 19 tot 99

Dag:

<b>maandag</b>	dinsdag	<b>woensdag</b>	donderdag	vrijdag	<b>zaterdag</b>	zondag
----------------	---------	-----------------	-----------	---------	-----------------	--------

### Locatie

Naam: Zwembad Rooigem

Adres: Peerstraat 1 9000 Gent

Wijk: Brugse Poort - Rooigem