

## [Aqua Pilates](#)

---

## [Aqua Cycling](#)

---

## [Aqua Zumba](#)

---

Aqua Zumba vermischte Wassergymnastik mit den Choreografien des Tanzsports Zumba. Durch den Wasserwiderstand lassen sich die Schritte jedoch nur halb so schnell ausführen.....

---

## [Stand up paddling](#)

---

Stand Up Paddling, kurz auch nur „SUP“ genannt, ist die entspannte Version des Wellenreitens. Hierbei steht der Sportler/die Sportlerin auf einem speziellen SUP-Board oder einfach großem Surfbrett und bewegt sich mit Hilfe eines langen Stechpaddels fort.....

---

## [SUP Yoga](#)

---

Für Yoga-Begeisterte bieten sich eine interessante Alternative zum klassischen Training auf der Matte an. SUP-Yoga findet mitten in der Natur statt.....

---