

Sauna-Info



2.10.2006

Der nächste Winter kommt bestimmt!

Richtig Saunabaden

Einführungs-Kurs in das gesunde Erlebnis

Kursinhalt: Die Sehnsucht nach Wärme kann ganz einfach und nah erfüllt werden. Eine Einführung in das gesunde Saunabaden bieten unsere Saunameister im Allwetterbad an.

Die Saunameister klären über die Wechselwirkung der Kalt- und Warmreize auf. Danach geht es direkt in die Sauna. Abschließend werden noch offene Fragen bei einem gemütlichen Umtrunk geklärt.

Termine:	Für Damen	Montag	6.11.06	18:30 – 20:30 Uhr
	Für Damen	Freitag	10.11.06	9:30 – 11:30 Uhr
	Für Herren	Donnerstag	9.11.06	18:30 – 20:30 Uhr
	Für Paare	Samstag	11.11.06	9:30 – 11:30 Uhr

Kosten: 8,- € inkl. Eintritt pro Person

Kursleiter:	Herrensauna und für Paare	T. Stelljes
	Damensauna	U. Stelljes

Bitte bringen Sie 2 große und 2 kleine Handtücher, Bademantel und evt. Badeschuhe mit.

Anmeldung und Informationen direkt am Service-Point, bei den Schwimmmeistern
Oder unter Telefon 04791/94030