

Öffnungszeiten

	Badespaß	Sauna
Montag	–	13.00 – 20.00 Uhr
Di, Mi, Do, Fr	9.00 – 22.00 Uhr	9.00 – 22.00 Uhr
Samstag	11.00 – 18.00 Uhr	11.00 – 18.00 Uhr
Sonntag / Feiertag	10.00 – 18.00 Uhr (Montag*)	10.00 – 18.00 Uhr (Dienstag**)

Preise

Badespaß

	TG 1	TG 2	TG 3
1 Stunde	1, 00 ⇔	1, 50 ⇔	2, 50 ⇔
2 Stunden	2, 00 ⇔	3, 00 ⇔	4, 50 ⇔
Tageskarte	4, 00 ⇔	5, 00 ⇔	6, 00 ⇔
Verlängerung pro angefangene ½ h	0, 50 ⇔	0, 75 ⇔	1, 00 ⇔

Badespaß und Sauna

	TG 1	TG 2	TG 3
3 Stunden	4, 45 ⇔	6, 68 ⇔	10, 01 ⇔
Tageskarte	6, 68 ⇔	8, 90 ⇔	13, 35 ⇔
Verlängerung pro angefangene ½ h	0, 83 ⇔	1, 11 ⇔	1, 67 ⇔

Aqua-Fitness

Kurs=10 x 45 min 70, 00 ⇔

Schwimmkurs für Kinder ab 5 Jahren

Kurs= 20 x 45 min 100, 00 ⇔

Freibad Guben

	TG 1	TG 2	TG 3
Tageskarte	1, 50 ⇔	2, 00 ⇔	2, 50 ⇔

Erläuterungen:

TG 1: Kinder im Alter zwischen 2 und vollendetem 16. Lebensjahr

TG 2: Jugendliche im Alter zwischen 16 und vollendetem 18. Lebensjahr, Schüler, Studenten, Empfänger von Leistungen SGB II und Sozialhilfe-Empfänger (**Nachweis unbedingt erforderlich**)

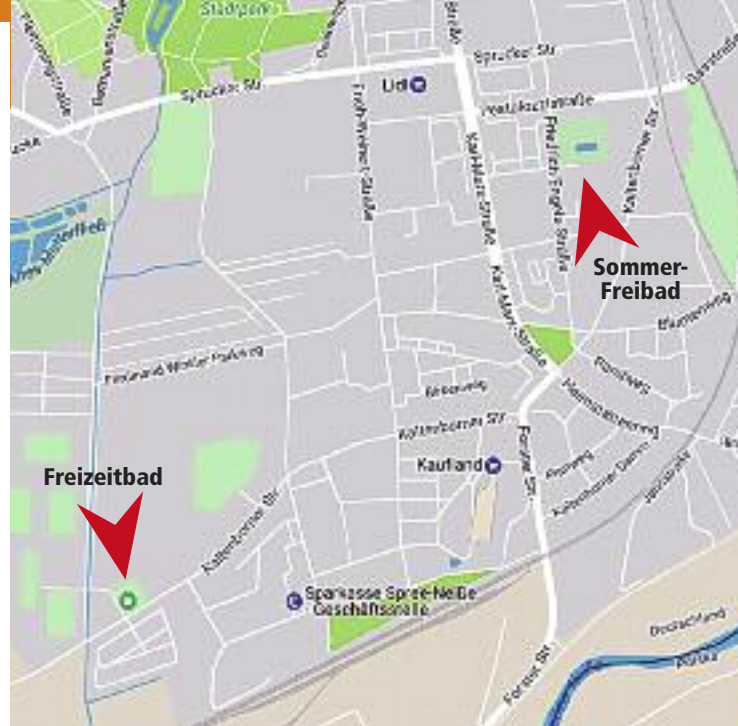
TG 3: Erwachsener, Vollzahler

*) Montag: 13.00 Uhr – 15.00 Uhr Seniorenschwimmen

***) Dienstag: nur Frauensauna

Weiter Infos entnehmen Sie bitte von unserer Internetseite

www.guben.de/Freizeitbad



...So finden Sie uns!

Karte: Google Maps

Freizeitbad Guben

Kaltenborner Straße 163

03172 Guben

Tel.: 03561 – 35 70

Fax: 03561 – 54 82 40

Mail: freizeitbad@guben.de

www.guben.de/freizeitbad



www.facebook.com/SaunaFreizeitbadGuben



Gefällt mir



Herzlich Willkommen
im Freizeitbad Guben

...mehr als nur
ein Schwimmbad





Freibad Guben
 Friedrich-Engels-Straße
 ☎ 03561-2067
 ab 22°C Außentemperatur



Wir begrüßen Sie ganz herzlich



Geöffnet von Juni – September

Montag – Freitag:	13.00 Uhr – 19.00 Uhr
Samstag und Sonntag:	10.00 Uhr – 19.00 Uhr
... in den Ferien täglich:	10.00 Uhr – 19.00 Uhr

...in unserer schönen, modernen Freizeit-Einrichtung, die wir nach langen, umfangreichen Baumaßnahmen am 14.12.2007 wieder neu eröffnen konnten. – Mit ihr ist in Guben ein wahrhaft attraktives, aber auch reizvolles »Schmuckstück« entstanden.

Badespaß

Unser 25 Meter langes Sportbecken mit 29°C erfüllt die Anforderungen des Deutschen-Schwimm-Verband (Kategorie D). Somit können hier Wettkämpfe jeglicher Art durchgeführt werden.

Wir bieten Ihnen außerdem ein • großes Außenbecken, ein 30°C warmes • Attraktionsbecken mit Strömungskanal, Bodensprudler, Nackenduschen, Elefanten-Rutsche und natürlich Massagedüsen im Wasser.



Sollten Sie uns mal mit Ihrem Baby besuchen, so bieten wir Ihnen im Kinderbereich ein 34°C warmes • Babybecken an, wo es seine ersten Erfahrungen im Wasser sammeln kann.

Sauna und Wellness

Wenn Sie dem grauen Alltag entfliehen, das eigene Wohlbefinden steigern und so für mehr Ausgeglichenheit sorgen möchten, sind Sie bei uns genau richtig: Unsere mit sehr viel Liebe gestaltete Saunalandschaft lädt Sie zum Entspannen und Relaxen ein.

Neben einer großen • Blockhaussauna (85 – 90°C) im Außenbereich und einer • Ruhesauna (80 – 85°C) im Inneren unseres Saunabereichs empfehlen wir Ihnen als Einstieg das • Sanarium (Aroma-Dampfbad) mit 60°C und einer Luftfeuchtigkeit von ca. 50 % – 60 %.

Aqua-Sport

Gesundheitsfördernde Therapie und Bewegung im Wasser, eine traditionsreiche Erkenntnis, die der Fitness- und Wellnessbereich zunehmend für sich entdeckt.

Aqua-Sport nutzt die physikalischen Eigenschaften des Wassers. Die Wasserdichte ist höher als die Dichte der Luft, der Wasserdruck stärker als der Luftdruck. – Im Wasser ausgeführte Bewegungen treffen so auf intensiven Widerstand. Erhöhter hydrostatischer Druck sorgt für eine intensivere Blutversorgung des Herzens, er erhöht seine Pumpleistung um ein Fünftel. Das Herzkreislaufsystem wird adäquat trainiert.

Unsere gut ausgebildeten Aqua-Trainer beraten Sie gern weiter!



Schwimmen lernen

Kinder haben Spaß daran, spielerisch neue Bewegungen zu erlernen und wachsen an ihren Erfolgserlebnissen. Wenn sie spüren, dass sie sich im Wasser behaupten und gekonnt darin fortbewegen können, entsteht Selbstbewusstsein, das sich auch im Alltag bemerkbar macht. Das gemeinsame Spielen in der Gruppe fördert das Miteinander und inspiriert zu immer neuen Abenteuern.

Bis hin zum Erlangen von »Seepferdchen« bis Schwimmabzeichen »Gold« begleiten und fördern wir Ihr Kind. Dabei stehen sportliche Erfolge nicht im Vordergrund. Spaß haben und Neues lernen – dafür sind unsere Schwimmkurse da!

