

Gleich ausfüllen und im Bad oder im Bremer Bäder-Shop abgeben!

## VERBINDLICHE KURSANMELDUNG

(ggf. Erziehungsberechtigter)

Vorname\*

Nachname\*

Straße/Hausnummer\*

PLZ/Ort\*

Telefon

E-Mail (Info bei Kursausfall erfolgt ausschließlich per E-Mail)

## KURSTEILNEHMER

Vorname\*

Nachname\*

Geburtsdatum\*

Geschlecht \*

## KURS

Kursort/Bad\*

Kursname\*

Wochentag\*

Uhrzeit (von/bis)\*

Bitte informieren Sie mich über Angebote und Neuigkeiten der Bremer Bäder GmbH per E-Mail.

Mit meiner Unterschrift buche ich den oben genannten Kurs zu den aktuell gültigen Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Bremer Bäder GmbH.

Datum Unterschrift (ggf. des Erziehungsberechtigten)

\* Pflichtfelder / Die angegebenen Daten sind ausschließlich für interne Zwecke und werden nicht an Dritte weitergegeben. Alle Angaben sind streng vertraulich und unterliegen den Datenschutzbestimmungen.



## WESTBAD – DAS VIELFÄLTIGE KULTBAD

Das Hallen- und Freibad im Bremer Westen bietet Erholung und Schwimmspaß zu jeder Jahreszeit an.

### > AquaTraining und Schwimmkurse

Wir bieten für jede Altersklasse und jedes Fitness-level AquaTraining und Schwimmkurse an. Zudem können Sie im Westbad auch Gymnastik in der Halle buchen. In der Innenseite finden Sie einen detaillierten Überblick.

### > Aktionstage und Veranstaltungen

Sauna-Thementag „Eiszeit“ (12.01.)  
Frauen-Wellness-Tag (20.01.)  
Sauna-Thementag „Fit in den Frühling“ (10.02.)  
Sauna-Thementag „Fit in den Frühling“ (11.03.)  
School's Out Party (28.06.)

### > Kindergeburtstage

Sie wollen den nächsten Kindergeburtstag im Bad feiern? Sprechen Sie uns an.

### > Ausstattung und weitere Angebote

Schwimmer- und Lehrschwimmerbecken . Außenbecken . Solebad mit 32°C . Gastronomie . Gymnastikhalle . Trockensauna (95°C) . Blockhaussauna (85°C) . Sanarium (65°C) . Dampfbad (45°C) . Salionarium (45°C bis 55 °C) . Tauchbecken . Ruheraum . Fußbäder



Nutzen Sie unsere Bäderkarte, um aktiv beim Schwimmen, in der Sauna oder auch bei Kursen bis zu 25 % zu sparen.

## PREISE SCHWIMMBAD & SAUNA

ERWACHSENE	MO-SO/ FEIERTAG
Einzelkarte	4,70

JUGENDLICHE (12 bis einschl. 15 Jahre)	
Einzelkarte	3,70
Gruppenkarte, ab 15 Jugendliche je	3,50

KINDER (1 bis einschl. 11 Jahre)	
Einzelkarte	3,20
Gruppenkarte, ab 15 Kinder je	3,00

FAMILIENKARTE	
1 Erw. und bis 2 Kinder/Jugendl.	8,90
2 Erw. und bis 2 Kinder/Jugendl.	12,60
Jedes weitere Kind (max. 5 Kinder)	1,60

KURZSCHWIMMKARTE (MO. - DO. AB 19.30, FR. AB 18.30)	
1,5 Stunden	3,50

SONDERTARIFE (nur mit Ausweis)	
Einzelkarte Erwachsene*	4,20

SAUNA INKL. SCHWIMMEN	MO-SO/ FEIERTAG
Einzelkarte Erwachsene	15,70
Einzelkarte Kinder (bis einschl. 15 Jahre)	10,60
Einzelkarte in Verbindung mit BB-Kurs	13,40

\* Schüler, Studenten, Arbeitslose, Sozialhilfeempfänger, Schwerbehinderte



## ÖFFNUNGSZEITEN

### HALLENBAD

Frühschwimmen (nur mit Bäderkarte)	06.30 – 08.00
Montag - Donnerstag	08.00 – 21.00
Freitag	08.00 – 20.00
Samstag	09.00 – 15.00
Sonntag	09.00 – 18.00

### SAUNA

Montag (gemischt)	09.00 – 21.00
Dienstag (gemischt)	09.00 – 21.00
Mittwoch (Damen)	09.00 – 21.00
Donnerstag (gemischt)	09.00 – 21.00
Freitag (Damen)	09.00 – 13.00
Freitag (gemischt)	13.00 – 21.00
Samstag (gemischt)	09.00 – 15.00
Sonntag (gemischt)	09.00 – 18.00

### Kurs-Anmeldung vor Ort

im jeweiligen Schwimmbad oder im Bremer Bäder-Shop bei Karstadt Sports in der Sögestraße 22 (3. Etage). Bitte beachten Sie die Öffnungszeiten.

Anfragen zu den Kursen per Mail unter  
→ [innenstadt@bremer-baeder.de](mailto:innenstadt@bremer-baeder.de)  
Detaillierte Informationen und Aktuelles unter  
→ [www.bremer-baeder.de](http://www.bremer-baeder.de)

### Westbad

Waller Heerstraße 293a . 28219 Bremen

WESTBAD



JANUAR BIS JUNI 2018

## WESTBAD ERLEBEN

Alle Kurse, Öffnungszeiten und Preise auf einen Blick

[www.bremer-baeder.de](http://www.bremer-baeder.de)



# ALLE KURSTERMINE AUF EINEN BLICK

## UNSERE KLASSIKER

KURSE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	KATEGORIE   BECKEN**
<b>AquaFitness</b>	18.00 – 18.45	09.45 – 10.30 17.30 – 18.15 18.45 – 19.30 19.30 – 20.15	20.15 – 21.00	15.00 – 15.45 15.45 – 16.30 19.40 – 20.25	09.00 – 09.45 09.45 – 10.30 17.15 – 18.00	3   Lehrschwimmbecken
<b>AquaFitness Prävention</b>	07.30 – 08.15			16.30 – 17.15		P3   Lehrschwimmbecken
<b>AquaJogging</b>		18.30 – 19.15		17.15 – 18.00 18.00 – 18.45		3   Schwimmerbecken

## KRAFT UND AUSDAUER

KURSE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	KATEGORIE   BECKEN**
<b>AquaPower</b>	19.40 – 20.10					1   Solebecken
<b>AquaBauchBeinePo</b>		20.15 – 20.45		18.30 – 19.00 19.30 – 20.00		1   Solebecken
<b>AquaMix</b>		08.15 – 09.00		18.50 – 19.35		2   Lehrschwimmbecken
<b>AquaCardion Prävention</b>		15.45 – 16.30				P2   Lehrschwimmbecken

## GESUNDHEIT UND AUSGLEICH

KURSE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	KATEGORIE   BECKEN**
<b>AquaBabyBauch</b>	19.05 – 19.35					1   Solebecken
<b>AquaRückbildung</b>	20.15 – 20.45					1   Solebecken
<b>Gesundheitsgymnastik</b>	10.10 – 10.40 11.20 – 11.50 11.55 – 12.25 18.30 – 19.00	08.30 – 09.00 15.35 – 16.05	09.05 – 09.35 09.40 – 10.10 10.15 – 10.45		10.20 – 10.50	1   Solebecken
<b>AquaRückenFit</b>	09.30 – 10.00 10.45 – 11.15 14.30 – 15.00 16.45 – 17.15	09.05 – 09.35 09.40 – 10.10 18.30 – 19.00 19.45 – 20.15	17.20 – 17.50 18.30 – 19.00 19.45 – 20.15	09.35 – 10.05 10.10 – 10.40 19.00 – 19.30	16.40 – 17.10	1   Solebecken

\*\* Lehrschwimmbecken, Solebecken > Flachwasser / Schwimmerbecken > Tiefwasser

## TROCKENGYMNASTIK

KURSE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	KATEGORIE   ORT
<b>Bodyworkout mit Schwimmen</b>	09.45 – 10.30 17.15 – 18.00* 18.00 – 18.45*			09.30 – 10.15	08.45 – 09.30* 09.30 – 10.15* 10.15 – 11.00*	3   Gymnastikhalle
<b>Rückenfitness mit Schwimmen</b>	18.45 – 19.30*				18.00 – 18.45	3   Gymnastikhalle
<b>Pilates mit Schwimmen</b>			18.30 – 19.30			2   Gymnastikhalle
<b>KörperBalance mit Schwimmen</b>		09.45 – 10.30				3   Gymnastikhalle

\* Reha Angebot

## UNSERE SCHWIMMKURSE

KURSE	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<b>Babys 3 – 12 Monate</b>						11.00 – 11.30 12.00 – 12.30	
<b>Babys 1 – 2 Jahre</b>						10.30 – 11.00	
<b>Kleinkind ab 2 Jahre</b>					16.45 – 17.15	11.30 – 12.00	
<b>Kleinkind ab 4 Jahre</b>						09.30 – 10.00 10.00 – 10.30	
<b>Seepferdchen</b>	16.10 – 16.40	16.45 – 17.15 18.15 – 18.45		18.15 – 18.45	16.10 – 16.40	10.30 – 11.00 11.15 – 11.45 12.00 – 12.30 14.15 – 14.45	09.20 – 09.50 10.00 – 10.30
<b>Seepferdchen Fortgeschrittene</b>	15.30 – 16.00				15.30 – 16.00	13.30 – 14.00	10.45 – 11.15
<b>Bronze</b>			16.00 – 16.30			12.45 – 13.15	11.30 – 12.00
<b>Silber</b>				16.30 – 17.15		12.45 – 13.30	
<b>Erwachsene</b>	19.45 – 20.15			20.30 – 21.00			

Hinweis: Die Baby- und Kleinkinderschwimmkurse bis 2 Jahre finden im Solebecken statt.

Alle weiteren Schwimmkurse finden im Lehrschwimmbecken statt.

Bitte beachten Sie, dass es zu Änderungen der Kurse und Kurszeiten kommen kann.



## PREISE & TERMINE TRAINING

### AQUATRaining

KAT.	STAFFELKARTE	JAHRESKARTE	EINZELKARTE
1	112,50 EUR	395,00 EUR	12,90 EUR
2	104,00 EUR	366,00 EUR	12,00 EUR
3	100,50 EUR	354,00 EUR	11,40 EUR
P2	133,60 EUR		
P3	125,60 EUR		

### TROCKENGYMNASTIK

KAT.	STAFFELKARTE	JAHRESKARTE	EINZELKARTE
1	139,00 EUR	489,00 EUR	15,80 EUR
2	114,00 EUR	402,00 EUR	13,00 EUR
3	97,00 EUR	342,00 EUR	11,10 EUR

### STAFFEL VON BIS FREIER VERKAUF AB

STAFFEL	VON	BIS	FREIER VERKAUF AB
Frühjahr	02.01.2018	02.04.2018	20.11.2017
Sommer	03.04.2018	25.06.2018	05.02.2018
Herbst	06.08.2018	14.10.2018	07.05.2018
Winter	15.10.2018	22.12.2018	10.09.2018

Alle Kursteilnehmer/innen haben die Möglichkeit, sich ihren Platz für die Folgestaffel bis zum Beginn des freien Verkaufs zu sichern. Bei Zahlung mit der Bäderkarte (ab Silber) erhalten Sie 5% Rabatt auf die angegebenen Staffelpreise.

## PREISE & TERMINE SCHWIMMKURSE

KAT	KURSKARTE (10 EINHEITEN)	KAT	KURSKARTE (10 EINHEITEN)
1	115,00 EUR	3	84,00 EUR
2	95,00 EUR	4	78,00 EUR

Wir bieten ganzjährig Schwimmkurse, auch in den Schulferien, an. Informationen zu den Kursterminen erhalten Sie im Bad.