

stadtwerke
neuss 

**Kurs-
buchung
jetzt auch
online
möglich**

***Dein Erfolg
unsere Kurse***

Ausgabe 03/2019

**Kurs- und Aktionsprogramm
für Kinder und Erwachsene**



Baby- und Kleinkindschwimmen im Nordbad

Babyschwimmen (ab der 12. Woche)

Nordbad (32° C warmes Lehrschwimmbecken)

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 07.09. – 30.11.2019 | samstags | 09.45 – 10.15 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Südbad (32° C warmes Lehrschwimmbecken)

| | | |
|---------------------|-------------|-------------------|
| 05.09. – 28.11.2019 | donnerstags | 09.30 – 10.00 Uhr |
|---------------------|-------------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 31.08. – 30.11.2019 | samstags | 08.30 – 09.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 31.08. – 30.11.2019 | samstags | 09.30 – 10.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 01.09. – 01.12.2019 | sonntags | 08.30 – 09.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Preis: 91,- € für 10 Kurseinheiten inkl. Eintritt eines Elternteils (Südbad 2 Std.). Eine Unbedenklichkeitserklärung durch den Kinderarzt wird empfohlen.

Kleinkinderschwimmen (zwischen 1 und 3 Jahren)

Nordbad (32° C warmes Lehrschwimmbecken)

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 07.09. – 30.11.2019 | samstags | 10.30 – 11.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Südbad (32° C warmes Lehrschwimmbecken)

| | | |
|---------------------|-------------|-------------------|
| 05.09. – 28.11.2019 | donnerstags | 10.15 – 10.45 Uhr |
|---------------------|-------------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 31.08. – 30.11.2019 | samstags | 10.30 – 11.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 01.09. – 01.12.2019 | sonntags | 09.30 – 10.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Preis: 91,- € für 10 Kurseinheiten inkl. Eintritt eines Elternteils (Südbad 2 Std.).

Wassergewöhnung (zwischen 3 und 5 Jahren)

Nordbad (32° C warmes Lehrschwimmbecken)

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 08.09. – 01.12.2019 | sonntags | 10.15 – 10.45 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 08.09. – 01.12.2019 | sonntags | 11.00 – 11.30 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Südbad (32° C warmes Lehrschwimmbecken)

| | | |
|---------------------|-------------|-------------------|
| 05.09. – 28.11.2019 | donnerstags | 15.00 – 15.30 Uhr |
|---------------------|-------------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 31.08. – 30.11.2019 | samstags | 11.30 – 12.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 01.09. – 01.12.2019 | sonntags | 11.30 – 12.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 01.09. – 01.12.2019 | sonntags | 12.30 – 13.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Preis: 91,- € für 10 Kurseinheiten inkl. Eintritt eines Elternteils (Südbad 2 Std.).



Schwimmkurs Seepferdchen (ab 5 Jahren)

Nordbad (32° C warmes Lehrschwimmbecken)

| | | |
|---------------------|-----------------------|-------------------|
| 09.09. – 02.12.2019 | montags + donnerstags | 15.00 – 15.45 Uhr |
| 09.09. – 02.12.2019 | montags + donnerstags | 16.00 – 16.45 Uhr |
| 10.09. – 03.12.2019 | dienstags + freitags | 15.00 – 15.45 Uhr |
| 10.09. – 03.12.2019 | dienstags + freitags | 16.00 – 16.45 Uhr |

Stadtbad

| | | |
|---------------------|-------------------------|--|
| 24.09. – 17.12.2019 | dienstags + donnerstags | 16.00 – 16.45 Uhr |
| 25.09. – 18.12.2019 | mittwochs + freitags | 15.00 – 15.45 Uhr 14.00 – 14.45 Uhr |
| 26.09. – 21.12.2019 | donnerstags samstags | 17.00 – 17.45 Uhr 13.00 – 13.45 Uhr |
| 05.10. – 29.02.2019 | samstags | 10.00 – 10.45 Uhr 12.00 – 12.45 Uhr |

Südbad

| | | |
|---------------------|-------------------------|-------------------|
| 02.09. – 25.11.2019 | montags + freitags | 14.00 – 14.45 Uhr |
| 02.09. – 20.11.2019 | montags + mittwochs | 15.00 – 15.45 Uhr |
| 02.09. – 20.11.2019 | montags + mittwochs | 16.00 – 16.45 Uhr |
| 03.09. – 20.11.2019 | dienstags + mittwochs | 14.00 – 14.45 Uhr |
| 03.09. – 26.11.2019 | dienstags + donnerstags | 15.00 – 15.45 Uhr |
| 03.09. – 26.11.2019 | dienstags + donnerstags | 16.00 – 16.45 Uhr |

Preis: 152,- € für 20 Kurseinheiten inkl. Eintritt des Kindes (Südbad 2 Std.).

Seepferdchen Sommerferien

Nordbad

| | | |
|---------------------|--------------------|-------------------|
| 15.07. – 02.08.2019 | montags – freitags | 11.15 – 12.00 Uhr |
| 05.08. – 23.08.2019 | montags – freitags | 11.15 – 12.00 Uhr |

Preis: 152,- € für 15 Kurseinh. inkl. Eintritt des Kindes

Schwimmkurs Seeräuber

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 06.07. – 24.08.2019 | samstags | 09.15 – 10.00 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Preis: 91,- € für 8 Kurseinheiten inkl. Eintritt des Kindes



Schwimmkurs Seeräuber (ab 5 Jahren)

Nordbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 11.09. – 27.11.2019 | mittwochs | 15.00 – 15.45 Uhr |
| 11.09. – 27.11.2019 | mittwochs | 16.00 – 16.45 Uhr |
| 14.09. – 07.12.2019 | samstags | 10.00 – 10.45 Uhr |

Stadtbad

| | | |
|---------------------|-------------|-------------------|
| 26.09. – 19.12.2019 | donnerstags | 15.00 – 15.45 Uhr |
| 05.10. – 14.12.2019 | samstags | 11.00 – 11.45 Uhr |

Südbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 04.09. – 20.11.2019 | mittwochs | 15.00 – 15.45 Uhr |
| 06.09. – 29.11.2019 | freitags | 15.15 – 16.00 Uhr |
| 06.09. – 29.11.2019 | freitags | 16.15 – 17.00 Uhr |
| 06.09. – 29.11.2019 | freitags | 17.15 – 18.00 Uhr |

Preis: 91,- € für 10 Kurseinheiten inkl. Eintritt des Kindes (Südbad 2 Std.).

Anmerkung: Bei Kindern, die das Seepferdchen an anderer Stelle erworben haben, ist eine Sichtung durch die Kursleiter vor der Anmeldung zwingend erforderlich.

Schwimmkurs Bronze

Nordbad

| | | |
|---------------------|----------|-------------------|
| 14.09. – 07.12.2019 | samstags | 11.00 – 11.45 Uhr |
|---------------------|----------|-------------------|

Stadtbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 25.09. – 11.12.2019 | mittwochs | 16.00 – 16.45 Uhr |
|---------------------|-----------|-------------------|

Südbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 04.09. – 20.11.2019 | mittwochs | 16.00 – 17.00 Uhr |
|---------------------|-----------|-------------------|

Preis: 91,- € für 10 Kurseinheiten inkl. Eintritt des Kindes



Kindergeburtstag mit Animation

- Inhalt:** Eintrittskarte (zeitlich nicht begrenzt), 60 Minuten Animation, kleines Präsent, Urkunde, Geburtstagsessen (nur im Südbad). Für die Essenszeit wird ein Geburtstagstisch in der internen Gastronomie reserviert; die Teilnehmer können in Badebekleidung speisen. Special: Ab sofort sind im Nordbad besondere „Meerjungfrauen-“ und „Piratengeburtstage“ buchbar.
- Alter:** mindestens 7 Jahre
- Teilnehmer:** mindestens 7 Teilnehmer
- Anmeldung:** bis spätestens zwei Wochen vorher
- Preis:** Nordbad und Stadtbad 11,50 € pro Teilnehmer. Südbad 15,50 € pro Teilnehmer (inkl. Essen). In den Ferien (und im Südbad an den Wochenenden) finden keine animierten Kindergeburtstage statt.

Kindergeburtstag ohne Animation (nur Südbad)

- Anmeldung:** bis spätestens eine Woche vorher
- Preis:** 10,- € pro Person inkl. 4 Std. Schwimmbadeintritt und einer Mahlzeit. Für die Essenszeit wird ein Geburtstagstisch in der internen Gastronomie reserviert; die Teilnehmer können in Badebekleidung speisen. Geburtstage ohne Animation können an allen Tagen (außer in den Sommerferien) stattfinden.

Spielnachmittag

- Nordbad:** samstags 14.00 – 16.00 Uhr
- Stadtbad:** freitags 15.00 – 17.00 Uhr
- Südbad:** samstags 14.00 – 16.00 Uhr
- Preis:** Nur der reguläre Eintritt ist zu entrichten. In den Sommerferien findet der Spielnachmittag nicht statt. Es werden Großspielgeräte im Schwimmerbecken aufgebaut bzw. zur Verfügung gestellt.



Aquafit (kursfrei)

Nordbad

| | | |
|-------------|---------|-------------------|
| fortlaufend | montags | 20.00 – 20.45 Uhr |
|-------------|---------|-------------------|

Preis: 4,- € pro Übungseinheit á 45 Minuten
zuzüglich Eintritt
An Feiertagen findet dieser Kurs nicht statt.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kursbeginn: fortlaufend, Einstieg jederzeit möglich

Aquapower (kursfrei)

Nordbad

| | | |
|-------------|-----------|-------------------|
| fortlaufend | montags | 11.15 – 12.00 Uhr |
| fortlaufend | dienstags | 20.00 – 20.45 Uhr |

Südbad

| | | |
|-------------|-------------|-------------------|
| fortlaufend | donnerstags | 18.00 – 18.45 Uhr |
| fortlaufend | donnerstags | 19.00 – 19.45 Uhr |

Preis: 4,- € pro Übungseinheit á 45 Minuten
zuzüglich Eintritt
An Feiertagen und in den Schulferien findet
dieser Kurs nicht statt.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Kursbeginn: fortlaufend, Einstieg jederzeit möglich

Aquarobic

Stadtbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 24.09. – 10.12.2019 | dienstags | 18.00 – 18.45 Uhr |
|---------------------|-----------|-------------------|

Preis: 39,- € für 10 Übungseinheiten á 45 Minuten
zuzüglich Eintritt



Aquapower (10 Kurseinheiten)

Nordbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 02.09. – 18.11.2019 | montags | 10.15 – 11.00 Uhr |
| 02.09. – 18.11.2019 | montags | 18.00 – 18.45 Uhr |
| 02.09. – 18.11.2019 | montags | 19.00 – 19.45 Uhr |
| 03.09. – 26.11.2019 | dienstags | 19.00 – 19.45 Uhr |

Stadtbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 25.09. – 11.12.2019 | mittwochs | 14.00 – 14.45 Uhr |
| 25.09. – 11.12.2019 | mittwochs | 19.15 – 20.00 Uhr |

Südbad

| | | |
|---------------------|-----------|-------------------|
| 02.09. – 18.11.2019 | montags | 18.00 – 18.45 Uhr |
| 02.09. – 18.11.2019 | montags | 19.00 – 19.45 Uhr |
| 03.09. – 26.11.2019 | dienstags | 18.00 – 18.45 Uhr |
| 30.08. – 29.11.2019 | freitags | 08.30 – 09.15 Uhr |
| 30.08. – 29.11.2019 | freitags | 09.30 – 10.15 Uhr |

Preis: 39,- € für 10 Übungseinheiten á 45 Minuten
zuzüglich Eintritt



Erwachsenen Schwimmkurs

Stadtbad

25.09. – 29.11.2019 mittwochs + freitags 18.30 – 19.15 Uhr

Preis: 200,- € für 15 Übungseinheiten á 45 Minuten
inkl. Schwimmbad-Eintritt

Erwachsenen Techniktraining

Nordbad

fortlaufend dienstags 17.30 – 18.15 Uhr

Preis: 90,- € für 10 Übungseinheiten á 45 Minuten als
offener Kurs (Einstieg jederzeit möglich)
zuzüglich Eintritt

Personal Training für Kinder und Erwachsene

Nordbad, Stadtbad und Südbad

nach Vereinbarung

Preis: 280,- € für 5 Übungseinheiten á 45 Minuten
inkl. Schwimmbad-Eintritt
zweite Person 100,- €



Wassergymnastik (kursfrei)

Nordbad

| | | |
|-------------|----------|-------------------|
| fortlaufend | montags | 14.00 – 14.30 Uhr |
| fortlaufend | freitags | 14.00 – 14.30 Uhr |
| fortlaufend | samstags | 8.30 – 9.00 Uhr |

Stadtbad

| | | |
|-------------|-------------|-------------------|
| fortlaufend | dienstags | 13.30 – 14.00 Uhr |
| fortlaufend | donnerstags | 10.30 – 11.00 Uhr |
| fortlaufend | freitags | 9.30 – 10.00 Uhr |
| fortlaufend | samstags | 9.00 – 9.30 Uhr |
| fortlaufend | sonntags | 8.30 – 9.00 Uhr |

Südbad

| | | |
|-------------|-----------|-------------------|
| fortlaufend | dienstags | 10.00 – 10.30 Uhr |
| fortlaufend | dienstags | 11.00 – 11.30 Uhr |
| fortlaufend | mittwochs | 9.00 – 9.30 Uhr |
| fortlaufend | mittwochs | 11.00 – 11.30 Uhr |
| fortlaufend | mittwochs | 13.00 – 13.30 Uhr |
| fortlaufend | freitags | 11.00 – 11.30 Uhr |
| fortlaufend | freitags | 13.00 – 13.30 Uhr |

Preis:

Der Kurs ist kostenfrei, es muss lediglich der Eintritt bezahlt werden. An Feiertagen findet der Kurs nicht statt. In den Sommerferien findet die Wassergymnastik nur im Nordbad statt. In den Herbstferien findet die Wassergymnastik nur im Stadtbad statt. In den Weihnachtsferien und Osterferien findet die Wassergymnastik im Nordbad und Stadtbad statt.

Anmeldung:

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Kursbeginn:

alle fortlaufend, Einstieg jederzeit möglich



Anmeldung – Online oder vor Ort

Melden Sie sich ab sofort auch ganz bequem online unter <https://kurse.stadtwerke-neuss.de> verbindlich für unsere Kurse an und entrichten dabei gleichzeitig Ihre Anmeldegebühr. Zahlungen sind online per Kreditkarte, Lastschrift oder GiroPay möglich. Bitte bringen Sie ihre Buchungsbestätigung, die Sie per Mail erhalten, zur ersten Kursstunde mit.

Sollte der gewünschte Kurs noch nicht buchbar sein, oder sollten bereits mehr Anmeldungen als Kursplätze vorliegen, können Sie sich in unsere Warteliste eintragen und werden dann per E-Mail über freie Kursplätze informiert.

Sollte Ihnen die Kursbuchung online nicht möglich sein, nehmen wir Ihre Anmeldung natürlich auch gerne an der Kasse des jeweiligen Bades entgegen. Für Ihre Anmeldung ist die Kursgebühr direkt bar bei unseren Mitarbeitern zu entrichten. Im Nordbad und Südbad ist zudem eine Zahlung per EC-Karte möglich. Mit Ihrer Zahlung ist Ihre Anmeldung verbindlich. Sie erhalten von uns eine Quittung, die Sie zur ersten Kursstunde bitte mitbringen. Die Anmeldung vor Ort ist erst 3 Wochen vor Beginn des Kurses möglich. Zu diesem Zeitpunkt stehen ggf. keine Kursplätze mehr zur Verfügung.

Hinweise zur Kursteilnahme

Um eine entsprechende Kursqualität bieten zu können, hat jeder Kurs eine begrenzte Teilnehmerzahl.

Über Änderungen oder kurzfristige Ausfälle (z.B. Trainerausfall, technischer Defekt), die im Verantwortungsbereich der Neusser Bäder und Eissporthalle GmbH (NBE) liegen oder aufgrund von höherer Gewalt erfolgen, werden die Kursteilnehmer nach Möglichkeit schnellstmöglich informiert. Ein Anspruch auf diese Information besteht jedoch nicht. Soweit möglich, wird in diesen Fällen ein Nachholtermin vereinbart. Sollte keine Leistung der NBE erfolgen, werden bereits entrichtete Kursbeiträge entsprechend zurückerstattet.

Mit der Buchung des Kurses erkennen Sie die für die Nutzung geltende Haus- und Badeordnung der NBE an.



Hinweise zu den Aquapower-, Aquafitness- und Aquarobic-Kursen

Ziel der Aquapower-, Aquafitness- und Aquarobic-Kurse ist es, das Herz-Kreislauf-System und die Ausdauer zu verbessern, den Muskelaufbau zu fördern und durch Grundwissenvermittlung über Sport und Stressbewältigung einen gesundheitsorientierten Lebensstil im Alltag zu ermöglichen. Der hydrostatische Druck und der thermische Reiz im Wasser haben dabei eine zu anderen Sportarten unvergleichliche positive Wirkung auf die Haut, das Gewebe und die Venentätigkeit. Durch den natürlichen Auftrieb im Wasser erfahren Sie ein neues Körpergefühl und die sportliche Betätigung fällt dadurch leichter.

Selbstverständlich darf die Freude an der Bewegung im Wasser gemeinsam mit gleichgesinnten Sportlern unterschiedlicher Fitness nicht zu kurz kommen.

Das 45-minütige Trainingsprogramm ist besonders gelenkschonend und wird mit variierenden Trainingsgeräten in Verbindung mit motivierender Musik angeboten.

Die Übungsleiter sind ausgebildete Fachkräfte und haben mehrjährige Erfahrung. Die Kurse werden von Übungsleitern mit der Qualifikation „B Sport in der Prävention Bewegungsraum Wasser“ geführt.



stadtwerke
neuss

Neusser Bäder und Eissporthalle GmbH

Moselstraße 25 – 27
41464 Neuss

Nordbad

Neusser Weyhe 14 – 16
41462 Neuss
Tel. 02131 / 5310-65 111

Stadtbad

Niederwallstraße 3
41460 Neuss
Tel. 02131 / 5310-65 211

Südbad

Jakob-Koch-Straße 1
41466 Neuss
Tel. 02131 / 5310-65 411

www.stadtwerke-neuss.de

Kursbuchung
jetzt auch
online möglich:
kurse.stadtwerke-neuss.de

