

In der Winterzeit möchten wir Sie mit unseren nachfolgenden Anwendungen verwöhnen! Die Behandlungszeit wird der Saunazeit gut geschrieben!



Januar + Februar

Vino-Stone-Massage

Die reinigende und harmonisierende Wirkung dieser Massagemethode ist seit Jahrtausenden ein wichtiger Bestandteil traditioneller Behandlungen. In Amerika wurde die Massage mit heißen Steinen wiederentdeckt. Glatte, energetische schwarze Natur-Balsaltsteine aus den Vulkangegenden von Hawaii werden auf ca. 60 °C erhitzt. Auf die geölte Haut werden die Steine behutsam gedrückt, gestrichen und sanft aufgelegt. Diese Massage mit kostbarem Traubenkernöl löst lokale Verspannungen, fördert die Durchblutung, stärkt Gefäße und die Abwehrfunktion der Haut.

Angebotspreis für 30 Minuten **30,- €**

März + April

Fußreflexzonenmassage

»Die Füße – ein Spiegel des Körpers«

Schon vor 5000 Jahren kannten die Chinesen eine Druckmassage der Füße und wussten, dass das Anregen bestimmter Punkte auf die Nervenverbindungen zwischen bestimmten Hautzonen und inneren Organen wirken kann. Diese Behandlung ist nicht nur entspannend, sondern beeinflusst auch die Reflexzonen. Durch die Massage am Fuß wird Ihr Körper und zugleich auch das entsprechende Organ wieder besser durchblutet.

Angebotspreis für 30 Minuten **21,- €**



Babyschwimmkurs Für Kinder ab 3 bis 9 Monaten

Spaß im Wasser und die Förderung der Bewegung stehen im Vordergrund des Babyschwimmens. Die Eltern erlernen wichtige und vor allem sichere Griffe und Haltetechniken. Sie sehen, wie ihr Baby die große Bewegungsmöglichkeit im Wasser ausnutzt. Durch das gemeinsame Erleben und den intensiven Körperkontakt wird die innige Beziehung zwischen Baby und Eltern gefördert. Sie sollen nichts lernen müssen, sondern Spaß mit den Eltern und den anderen Kindern im Wasser haben.

Der Kurs wird fachmännisch durch Hebamme Christel Dräger betreut.

- Wasserwindel-Pflicht (können auch im bulabana erworben werden)
- 10 Einheiten (ca. 45 Minuten) + 1 Puffereinheit
- 95,- € Kursgebühr, inkl. Eintritt
- max. 12 Teilnehmer
- einmal wöchentlich: freitags 9.00 Uhr

Weitere Informationen zu unseren Kursen erhalten Sie unter www.bulabana-naumburg.de, per Telefon unter (0 34 45) 77 99-0 oder direkt im **bulabana, Flemminger Weg 156**.

Sport- und Freizeitbad ohne Zeitbegrenzung

Erwachsene	9,20 €
Kinder	4,60 €
Ermäßigte**	5,50 €
Familien Erwachsene*	7,30 €
Familien Kind*	3,65 €

Frühaufsteherschwimmen*** täglich 7.00-11.00 Uhr

	1 Std.	jede weitere halbe Std.	Nachzahlung auf Tagstarif nach 2 Std.
Erwachsene	3,60 €	1,80 €	5,60 €
Kinder	2,40 €	1,20 €	2,20 €
Ermäßigte**	3,00 €	1,50 €	2,50 €

Feierabend-Schwimmen täglich ab 16.00 Uhr (außer montags)

	1 Std.	jede weitere halbe Std.	Nachzahlung auf Tagstarif nach 2 Std.
Erwachsene	3,60 €	1,80 €	5,60 €
Kinder	2,40 €	1,20 €	2,20 €
Ermäßigte**	3,00 €	1,50 €	2,50 €

Gruppentarife ohne Zeitbegrenzung

	ab 20 Pers. 5 % Rabatt	ab 40 Pers. 10 % Rabatt	ab 60 Pers. 15 % Rabatt
Erwachsene	8,80 €	8,30 €	7,85 €
Kinder	4,40 €	4,15 €	3,95 €
Ermäßigte**	5,25 €	4,95 €	4,70 €

Senioren-Tarif außer während der Ferien Sachsen-Anhalts und feiertags

	2 Std.
Mo 10.00-12.00 Uhr	7,00 €

Sauna inklusive Badbenutzung

während der normalen Öffnungszeiten

	3 Std.	jede weitere halbe Std.	ganztägig (ab 5 Std.)
Erwachsene	13,55 €	1,35 €	18,95 €
Kinder	7,90 €	0,95 €	11,70 €
Ermäßigte**	9,45 €	1,05 €	13,65 €
Familien-Erwachsene*	10,90 €	1,10 €	15,30 €
Familien-Kind*	6,30 €	0,85 €	9,70 €

Sonnenscheintarif – Sauna

Mo-Fr 10.00-15.00 Uhr	3 Std.	jede weitere halbe Std.	ganztägig (ab 5 Std.)
Erwachsene	12,35 €	1,30 €	17,55 €

- * Die Familientarife gelten für mind. drei zahlende Personen, davon mind. eine und max. zwei Erwachsene, max. fünf Kinder. Kinder gelten bis 16 Jahre als Kinder. Kinder bis 3 Jahre haben freien Eintritt.
 ** Ermäßigte sind Schüler, Auszubildende, Studenten und Schwerbeschädigte mit gültigem (Original-)Ausweis, Kopien werden nicht anerkannt.
 *** Schwimmen im Sportbecken auf mindestens 3 Bahnen möglich

Eine Doppelrabattierung (Tarife: Frühaufsteher, Feierabend, Familien, Gruppen, Senioren, Sonnenschein, Sauna-Thementag und Freibad) ist nicht möglich.

Sport- und Freizeitbad

Montag	10.00-14.00 Uhr
Dienstag-Sonntag	10.00-20.00 Uhr

(Schwimmen nur im Sportbecken – Dienstag-Samstag auch bis 21.00 Uhr möglich)

Saunalandschaft

Montag-Mittwoch	10.00-21.00 Uhr
Donnerstag/Freitag	10.00-22.00 Uhr
Samstag	9.00-22.00 Uhr
Sonntag	9.00-20.00 Uhr

ACHTUNG!

Dienstags ist Damensauna!
An Feiertagen ist wie sonntags geöffnet!

Öffentliche Angebote

Frühaufsteherschwimmen (letzter Einlass ist 10.00 Uhr)

täglich 1 Stunde	7.00-11.00 Uhr
------------------	----------------

Feierabendschwimmen

täglich (außer montags)	ab 16.00 Uhr
1 Stunde	

Gastronomie

Bistro – Foyer

Montag-Sonntag	11.00-20.00 Uhr
----------------	-----------------

Bistro – Freizeitbad

Montag	11.00-13.30 Uhr
Dienstag-Sonntag	11.00-19.30 Uhr

Saunafitbar

Montag-Mittwoch	11.00-20.30 Uhr
Donnerstag/Freitag	11.00-21.30 Uhr
Samstag	10.00-21.30 Uhr
Sonntag	10.00-19.30 Uhr

Küchenschluss

Montag-Mittwoch	19.30 Uhr
Donnerstag-Samstag	20.30 Uhr
Sonntag	19.00 Uhr

Einlassschluss

1 Stunde vor Schließung

Kurs-Angebote

Schwimmkurs für Erwachsene

Dienstag	9.00 Uhr
----------	----------

Schwangerschaftsgymnastik

Freitag	8.15 Uhr
---------	----------

Schwimmkurs für Babys

Freitag	9.00 Uhr
---------	----------

Schwimmkurs für Kinder*

Dienstag	15.00 16.00 Uhr
Mittwoch Freitag	16.00 Uhr

Aqua-Fitness für Senioren*

Mittwoch	12.00 14.00 15.00 Uhr
----------	---------------------------

Aqua-Aerobic*

Dienstag	18.00 19.00 Uhr
----------	-------------------

Aqua-Cycling*

Montag	18.00 19.00 20.00 Uhr
--------	---------------------------

Aqua-Jogging*

Montag	18.00 19.00 20.00 Uhr
Mittwoch	17.00 18.00 19.00 20.00 Uhr

Aqua-Mix*

Mittwoch	13.00 Uhr
----------	-----------



Wellnessbereich

Montag/Dienstag	12.00-20.00 Uhr
Mittwoch	12.00-18.00 Uhr
Donnerstag/Freitag	12.00-20.00 Uhr
Samstag/Sonntag	10.00-18.00 Uhr

15 Minuten vor Schließung ist Badeschluss!
* nicht an Feiertagen und während der Ferien



ERLEBNISSE

JANUAR BIS APRIL 2019

Januar

ACHTUNG – Aktion Großwasserspielzeug
im Januar während der Ferien und an den Wochenenden
ab 11.00 Uhr im Sportbecken!

Senioren-Fitness »Neujahrsgruß« Montag, 07. Januar

Heute begrüßen wir unsere aktiven Senioren mit einem Glas alkoholfreien Sekt.
anschließend: 2 Std. Sport- und Freizeitbad zum Senioren-Tarif inkl.
Wassergymnastik für 7,00 €
11.00 Uhr: Wassergymnastik

Sauna-Thementag »Winterzauber« Mittwoch, 16. Januar

- 3 Stunden zahlen – 4 Stunden genießen!
- mehrmals täglich kleine Überraschungen zum Aufguss
- Saunafitbar-Angebot: gemischter Salat mit Räucherlachs und Ei

Candle-Light-Sauna Samstag, 26. Januar

ab 17.00 Uhr: Lassen Sie sich von uns entspannen!
Unter dem Motto »Feuer und Flamme« können Sie dem
tristen Schmuddelwetter entfliehen.
Die Saunahalle glänzt im Kerzenschein und im Sauna-
garten entzünden wir die Feuerschalen.
20.00 Uhr: Spezialaufguss »Wünsch Dir was«
Sie dürfen sich eine Duftrichtung wünschen.
ab 21.00 Uhr: Textilfreies Baden im Erlebnis- und Sportbecken möglich.



Wir möchten,
dass Sie gesund bleiben!

Unser breites Angebot rund um Rehabilitation,
Prävention und Wellness:

- Sole-Thermal-Bewegungsbecken
- Entspannungs- und Gymnastikraum
- Salzgrotte
- Soledampfbad
- Finnische Sauna, Bio-Sauna

Parkstraße 4–6 · 06628 Bad Kösen
Tel.: 034463 344-0 · info@koesalina.de · www.koesalina.de

Februar

ACHTUNG – Aktion Großwasserspielzeug
im Februar während der Ferien und an den Wochenenden
ab 11.00 Uhr im Sportbecken!

Senioren-Fitness »Tippkönig/in« Montag, 04. Februar

Heute dürfen Sie an der Kasse schätzen: Wie viele Einkaufschips sind in
unserem großen Glas? Wer mit seinem Tipp am nächsten liegt, bekommt ein
kleines Geschenk.
Eintritt ins Sport- und Freizeitbad zum Senioren-Tarif:
2 Stunden inkl. Wassergymnastik für nur 7,00 €
11.00 Uhr: Wassergymnastik

Ferien-Spezial – freier Eintritt »2 für 1« Mittwoch, 13. Februar

Ferienkinder aufgepasst: Jedes Kind, welches einen Erwachsenen mitbringt,
bekommt HEUTE freien Eintritt!
Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten wie z. B. Familientarif.

Großwasserspielzeug von 10.00 bis 20.00 Uhr im Sportbecken!



Sauna-Thementag »Vitamin-Bombe« Dienstag, 19. Februar **ACHTUNG! Damen-Sauna**

- 3 Stunden zahlen – 4 Stunden genießen!
- mehrmals täglich erfrischendes Citrus-Aroma oder Johannisbeeren-Duft
zum Aufguss, anschließend: frisches Obst
- Saunafitbar-Angebot: großer frischer Orangensaft zum Sonderpreis



Besuchen Sie uns auf **facebook!**

März

ACHTUNG – Aktion Großwasserspielzeug
im März an den Wochenenden ab 11.00 Uhr im Sportbecken!

Senioren-Fitness »Karneval« Rosenmontag, 04. März

ab 10.00 Uhr: Jeder Jecke,
der eine karnevalistische
Kopfbedeckung trägt,
bekommt heute freien Eintritt.
Sonst gilt der Senioren-Tarif:
2 Stunden inkl. Wassergymnastik für 7,00 €
11.00 Uhr: Wassergymnastik unter dem Motto »Da simmer dabei!«



Sauna-Thementag »Waldspaziergang« Donnerstag, 14. März

- 3 Stunden zahlen – 4 Stunden genießen!
- mehrmals täglich: Aufguss mit Birkenesud
dazu können Sie sich mit einem Birkenzweig abklopfen
- Saunafitbar-Angebot: frisch zubereiteter Borschtsch

Candle-Light-Sauna Samstag, 23. März

ab 17.00 Uhr: Lassen Sie sich von uns entspannen!
Unter dem Motto »Feuer und Flamme« können Sie dem
tristen Schmuddelwetter entfliehen.
Die Saunahalle glänzt im Kerzenschein und im Sauna-
garten entzünden wir die Feuerschalen.
20.00 Uhr: Spezialaufguss »Wünsch Dir was«
Sie dürfen sich eine Duftrichtung wünschen.
ab 21.00 Uhr: Textilfreies Baden im Erlebnis- und Sportbecken möglich.



Geschenktipp: Noch kein Ostergeschenk?

Verwöhnen Sie Ihre Liebsten!
Verschenken Sie Wohlbefinden, Erholung,
Gesundheit, Fitness und Spaß
in Form eines **Wertgutscheins:**

Ihre Liebsten entscheiden individuell,
was sie mit dem Gutschein nutzen
möchten – Sauna? Bad?
Wellness oder Kurse?



Flemminger Weg 156 • 06618 Naumburg • info@bulabana-naumburg.de

April

ACHTUNG – Aktion Großwasserspielzeug
im April während der Ferien und an den Wochenenden ab 11.00 Uhr
im Sportbecken!

Senioren-Fitness »Oster-Bingo« Montag, 01. April

ab 10.00 Uhr: Eintritt ins Sport- und Freizeitbad zum Senioren-Tarif:
2 Stunden inkl. Wassergymnastik für nur 7,00 €
10.15–10.45 Uhr: Wir spielen auf der Galerie Oster-Bingo mit Begriffen.
Die Gewinner bekommen ein kleines Wellness-Set geschenkt!
11.00 Uhr: Wassergymnastik

18. bulabana Schwimmwettkampf Samstag, 13. April

Von 9.00 bis 15.00 Uhr finden die Einzeldisziplinen statt.
Achtung! Das Sport- und Freizeitbad bleibt bis 15.00 Uhr geschlossen.
Die Sauna ist (ohne Badbenutzung) normal ab 9.00 Uhr geöffnet.
Zuschauer sind herzlich willkommen.



Sauna-Thementag »Blumenzauber« Dienstag, 16. April **ACHTUNG! Damen-Sauna**

- 3 Stunden zahlen – 4 Stunden genießen!
- mehrmals täglich: verschiedene Sauna-Cremes zu den Aufgüssen
- Saunafitbar-Angebot: erfrischender Hugo (Holunderprosecco)



Telefon (0 34 45) 77 99 - 0 • Telefax (0 34 45) 77 99 - 11