

## Standardtarife SaLü

Erwachsene:	Badewelt	Sauna-, Wellness-, Badewelt, Kleine Sauna
2 Stunden	7,90 €	11,20 €
2 Stunden samstags, sonntags, feiertags	8,90 €	12,20 €
4 Stunden	10,80 €	14,10 €
ganzer Tag	12,50 €	15,80 €
Nachzahlung pro angefangene Stunde max. bis zum Wert einer Tageskarte	1,60 €	1,60 €

### Kinder bis 16 Jahre:

2 Stunden	4,90 €	8,20 €
2 Stunden samstags, sonntags, feiertags	4,90 €	8,20 €
4 Stunden	6,50 €	9,80 €
ganzer Tag	8,00 €	11,30 €
Nachzahlung pro angefangene Stunde max. bis zum Wert einer Tageskarte	1,00 €	1,00 €
Kinder <b>bis einschließlich 3 Jahre</b>	frei	

### Wertkarten

Wertkarte A (10 % Rabatt)	75,00 €
Wertkarte B (15 % Rabatt)	150,00 €
Wertkarte C (20 % Rabatt)	200,00 €
zuzüglich Wertkartenpfand	10,00 €



Die Wertkarten gewähren einen **Rabatt auf alle Standardtarife** (siehe oben) und sind auf andere Personen übertragbar. **Nicht gültig für Sondertarife!**



Sportbad, Erwachsene, je Öffnungsperiode / Tag	€ 3,20
Sportbad, Kinder bis 16 Jahre, je Öffnungsperiode/Tag	€ 1,80
Sportbad, Ermäßigte, je Öffnungsperiode/Tag	€ 2,20
Weitere Infos: <a href="http://www.salue.info">www.salue.info</a>	



Uelzener Straße 1-5  
Tel. 04131 723-0  
[www.salue.info](http://www.salue.info)

Montag bis Samstag 10-23 Uhr, sonn- und feiertags 8-21 Uhr  
Kassenschluss 1 Stunde vor Ende der Öffnungszeiten



## Aktionskalender Januar bis Juni 2014



**Schwimm-Shop**  
Tricks und Kniffe der Kraultechnik



**Cocktail & Candlelight**  
Strandbad-Flair und Musik



## Willkommen zu Freizeit mit Erholungsgarantie

In diesem Jahr ist unser Angebot vielseitig wie nie. Es ist für jeden Badebegeisterten vom Kleinkind bis zum Badesenior nicht nur etwas, sondern jede Menge dabei.

Bei den Aktionen reicht die Auswahl von neuen Wegen der Entspannung bis Schabernack zur **Märchenstunde mit Burkhard Schmeer**.

In der Bade- und Kinderwelt kehren alte Bekannte wie das **24-Stunden-Schwimmen** für den Guten Nachbarn zurück, aber es stehen auch einige Premieren an. Beim Abzeichen-Tag können Kinder alle Schwimmabzeichen **von Seepferdchen bis Gold** ablegen und die **Cocktail & Candlelight-Nacht** bringt Strandbar-Flair und Lounge Klänge ins SaLü.



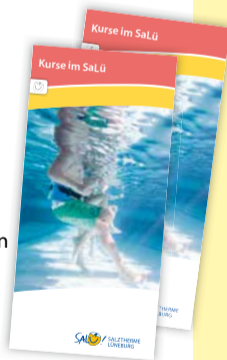
Aqua-BBP

**Über 50 Kurse pro Woche – da ist bestimmt Ihr Lieblingskurs dabei:**

Aqua-Power	Lustige Wasserratten
Aqua-Fit	Bambini
Aqua-Jogging	Steppkes
AquaCycling	Aqua-Fit für Schwangere
Aqua-BBP	Wassergymnastik für Frauen
Aqua-Pilates	Wassergymnastik für Senioren
Aqua-Fit-Balance	Seniorentreff – 60up
Aqua-Fit 50+	
Aquaback®	
Einfach Schwimmen	

Termine, Infos, Preise: [www.salue.info](http://www.salue.info) oder im Kursflyer und Kursplan. **Rechtzeitig anmelden: Tel. 04131 723-0.**

**Kursstart: Januar, Mai, September**



27. März, 8-12 Uhr

### Zukunftstag

Wasserproben entnehmen, Rettungstraining, Wasser-Gymnastik und eine Führung durch die Technik des SaLü – so lernt ihr den abwechslungsreichen Beruf des Fachangestellten für Bäderbetriebe einmal genau kennen. Zum Abschluss erhält jeder Teilnehmer eine Info-Mappe über diesen Beruf. Anmeldung unter Tel. 04131 723-0. Bitte Schwimm- und Sportsachen mitbringen. Der Eintritt ist frei.



### Aquaback®

**45 Min. abwechslungsreiches Zirkeltraining im Wasser an speziellen Fitnessgeräten.** Sehr effektives Training für die Muskulatur, Kraft und Kondition mithilfe des Wasserwiderstands. Gelenk- und bänderschonend. Aquaback ist perfekt geeignet, um eine Gewichtsreduktion sinnvoll zu unterstützen. Die abwechslungsreiche Übungsvielfalt motiviert und verbessert die körperliche Fitness optimal. **Positive Auswirkungen:** Es stärkt in nur 45 Minuten die gesamte Muskulatur, fördert die Kondition sowie allgemeine Fitness und optimiert die Figur schon nach kurzer Zeit.

10 Kurseinheiten à 45 Min.

pro Person € 139,00

## 24-Stunden-Schwimmen für den Guten Nachbarn

11.–12. Januar von 10–10 Uhr

Vereine, Firmen und Schwimmbegeisterte schwimmen für den guten Zweck. Die erschwommene Summe kommt dem Guten Nachbarn für die Unterstützung hilfsbedürftiger Bürger in Lüneburg zu Gute. Sportbad, Eintritt frei!

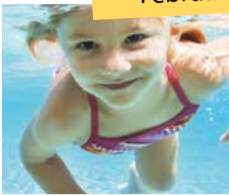


Januar

## Wasser erleben – für Kinder von 3–7 Jahren

Samstag, 8. Februar, 9–13 Uhr

Lernen mit allen Sinnen – das heißt Wasser erfahren, seine Eigenschaften spüren und verstehen lernen. Spielerisch und hochmotiviert lernen die Kinder an verschiedenen Spiel- und Lernstationen, Wasser zu begreifen. Mit geschärfter Wahrnehmung für das Element Wasser und seine Eigenschaften nehmen die Kinder viele neue Erkenntnisse mit nach Hause. Eintritt 5,50 € pro Kind inkl. Begleitperson, bitte anmelden: Tel. 04131 723-0



Februar

## Schwimm-Shop

Samstag, 15. Februar, 9–17 Uhr, Sportbad

Lernen Sie die Tricks und Kniffe der Kraultechnik kennen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Kondition verbessern und effektiv die Bewegungen durchführen. Für Erwachsene und Jugendliche ab 17 Jahren (ab Bronze), max. 12 Teilnehmer (Theorie, Videoanalyse, Technik, Trainingsaufbau). Pro Person 70,- €, bitte anmelden: Tel. 04131 723-0



## Senioren-Aktiv-Tage (ab 60 J.)

17.–21. Februar, 10–17 Uhr

Mit Spaß gemeinsam aktiv sein, beweglich und gesund bleiben! Wir bieten Ihnen Fitness- und Erholungstage im SaLü. Beginnend um 10 Uhr mit einer kleinen Führung können Sie anschließend ab 12:30 Uhr jeweils ca. 20 Min. **Aquaback** (Training für die Muskulatur), **Aqua-Fit** (ideal für Ihre Kondition) und **Aqua-Fit Balance** (Beweglichkeit und Koordination) in Schnupperkursen kennenlernen. Vielleicht finden Sie so Ihren Lieblingskurs? Im Anschluss an den sportlich, bewegten Vormittag folgt am Nachmittag Wärme und Entspannung. **15:30 Uhr kleine Saunaführung.** Erleben Sie in der Salzsaunder die wohltuende Wirkung des Schwitzens und erfahren Sie alles Wissenswerte über das Saunieren. Wir zeigen Ihnen beim geführten Saunabaden wie Sie richtig saunieren. Unsere Saunameister beantworten gerne Ihre Fragen und geben Tipps. Zum Abschluss treffen wir uns auf ein Heißgetränk und ein Stück Kuchen. Bitte anmelden: Tel. 04131 723-0, Eintritt Bade- und Saunawelt inkl. 3 Schnupperkurse und geführtes Saunabaden 19,90 €



## Abzeichen-Tag

Samstag, 8. März, 10–17 Uhr

Du hast trainiert und willst endlich das Abzeichen – Seepferdchen, Bronze, Silber oder Gold – machen. Dann komm ins Sportbad und zeig uns, was du kannst. Wir freuen uns auf viele Nachwuchsschwimmer!

Sportbad, Eintritt Standardtarif

Alle Infos zu den Voraussetzungen: [www.salue.info](http://www.salue.info)



März

## Cocktail & Candlelight

Samstag, 26. April, 17–1 Uhr

Chill out Lounge im SaLü. Lehnen Sie sich zurück und entspannen Sie auf unseren Sprudelliegen zu Beachmusic – live auf der Gitarre gespielt! Genießen Sie im Schein von Fackeln und Laternen erfrischende Cocktails und Smoothies. Erleben Sie für einen Abend Strandbar-Flair im SaLü.

Eintritt Standardtarif Bade- und Saunawelt



April

## Matrosen Ahoi

Donnerstag, 1. Mai, 10–17 Uhr

Segel setzen und volle Kraft voraus ins Freibad Hagen (Schützenstraße 32, Lüneburg): Der Modellbauclub Lüneburg veranstaltet ein Schaufahren der Modellboote und zeigt seine Modellbautrucks. Ein Flohmarkt bietet eine tolle Fundgrube (keine Standgebühr, nur private Anbieter, Anmeldung Tel. 04131 723-0). Freibad Hagen, Eintritt frei



Mai

## 24-Stunden-Schwimmen im Freibad

24.–25. Mai, 10–10 Uhr

Ob als Sport- oder Hobby-Mannschaft, als Einzelschwimmer/in – jeder darf mitmachen (ab Bronzeschwimmabzeichen). Wer die längste Strecke (in der jeweiligen Altersklasse) schafft, gewinnt!

Hol dir den Geisterstundenpokal: Der / die Schwimmer/in mit der längsten geschwommenen Strecke (von 24 – 1 Uhr) gewinnt! Gestartet wird bei jedem Wetter (außer bei Gewitter). Teilnahmebedingungen unter [www.salue.info](http://www.salue.info). Eintritt Freibad Hagen zzgl. 0,50 € pro Laufkarte



Mai

## Schließung SaLü

Wegen Wartungsarbeiten ist das SaLü vom 16.–27. Juni 2014 geschlossen.



## Birkenwoche

13.–19. Januar,

Mo.–Sa. 18–22 Uhr, So. 16–20 Uhr

Das Saunieren die Lebensgeister anregt und die Abwehr fit macht für den Winter, das wissen nicht nur die Finnen. Auch **Banja – das russische Saunaritual** – sorgt mit Hitze, Aufgüssen, Dampf und Birkenzweigen für belebende Saunagänge. Wie genau, das zeigt Ihnen unser Saunameister jeweils zur vollen Stunde in der Stillen Sauna. Eintritt Standardtarife Bade- und Saunawelt

Schnupperangebot

Januar



## Süße Woche

20.–26. Januar

Für **streichelzarte und gepflegte Haut im Winter** – ideal nach dem Saunabaden:

Saunaabschlussmaske mit **Honig & Lecithin** 19,50 € zzgl. Eintritt Bade- und Saunawelt

**Schoko-Wellness:** Entspannung, Wärme und Pflege mit den wertvollen Ölen der Kakao-pflanze – auf der Softpackliege eine besondere Wohltat für Ihre Haut. Genießen Sie danach eine heiße Schokolade an der Saunabar. Wellnessanwendung mit Schoko/Kakaobutter im Relaxarium inkl. heiße Schokolade 19,- € zzgl. Eintritt Bade- und Saunawelt, bitte anmelden, Tel. 04131 723-0

**Süße Aufgüsse mit süßen Überraschungen:** Zeiten und Hinweise unter [www.salue.info](http://www.salue.info)

Eintritt Standardtarife Bade- und Saunawelt



Dezember bis Mai: Jeden 1. Freitag im Monat bis 2 Uhr Mitternachtssauna!



Februar



## Märchenhafte Saunanacht

Freitag, 7. Februar, 19–2 Uhr

Tauchen Sie ein in die Welt der Lüneburger Sagen rund um Salzsau und Eulenspiegel in einer Saunanacht voller Mythen und Überlieferungen. Während Sie bei den Saunageschichten herrlich entspannen können, brutzelt draußen schon ein leckerer Spanferkel auf dem Grill. Schlemmen Sie nach Herzenslust!

Der Sülfmeister begrüßt Sie mit Brot und Salz und Eulenspiegel bereichert mit kleinen, stimmungsvollen Geschichten bei „Gute Laune-Duft“-Aufgüssen Ihr Saunaerlebnis.

**Burkhard Schmeer und Mirko Hüsing als Minnesänger und Erzähler Schmeerius & Mirkolo geben ein Mittelalterspektakel rund um Lüneburg zum Besten – seine schonungslose Geschichte „unter besonderer Vernachlässigung aller Fakten und geschichtlich gesicherter Erkenntnisse.“ Wir wünschen beste Unterhaltung!**

34,50 € inkl. Buffet (zzgl. Getränke), 15,- € Anzahlung ohne Rückerstattung. Anmeldung erforderlich: Tel. 04131 723-0. **Karten erhältlich im Voraus an der SaLü-Kasse, begrenzte Teilnehmerzahl!**

**Das SaLü ist am 7. Februar ab 19 Uhr exklusiv nur für Gäste der märchenhaften Saunanacht reserviert!**

Bistro

## Senioren-Aktiv-Tage (ab 60 J.)

17.–21. Februar nachmittags geführtes Saunabaden, siehe linke Spalte

## Frische und Kraft des Salzes

10.–16. März

Erleben Sie die neuen SaLü-Salze in den unwiderstehlichen Duftkombinationen

**Amber-Safran** und **Rhabarber-Erdbeer** – in entspannenden, pflegenden und prickelnden Anwendungen. Genießen Sie ab jetzt Salz-Packungen, -Massagen, -Saunaaufgüsse oder -Peelings mit würzig-warmer oder fruchtig-frischer Duftnote.

Eintritt Standardtarife Bade- und Saunawelt zzgl.

Salz-Körperpeeling (30 Min.) 22,- €, Anmeldung unter Tel. 04131 723-0



März

## Familien- und Babysauna

Samstag, 12. April, 10–14 Uhr

Saunieren mögen auch schon die Kleinsten – ab dem 6. Lebensmonat dürfen Ihre Kinder bei dem **Familien-Saunatag** dabei sein. Bis 14 Uhr zeigt Ihnen unser Saunameister, wie man mit Kindern richtig sauniert. Bringen Sie Ihren Kindern bitte reichlich zu trinken mit:

Wir empfehlen ungesüßte Getränke und Wasser.

**Kleine Sauna:** Kind plus eine Begleitung 10,- €, pro weiteres Kind 3,- €, pro weiterer Erwachsener 5,- €, bitte anmelden, Tel. 04131 723-0



April

Keine Mitternachtssauna im Juni, Juli, August!

## Sauna-Geniebertage im Mai und Juni

Montag, 12. Mai, 18–22 Uhr

Dienstag, 20. Mai, 18–22 Uhr

Mittwoch, 28. Mai, 18–22 Uhr

Donnerstag, 5. Juni, 18–22 Uhr

Freitag, 13. Juni, 18–22 Uhr

Samstag, 28. Juni, 18–22 Uhr

Sonntag, 29. Juni, 16–20 Uhr

Freuen Sie sich auf duft Überraschungen in der Sauna. Besondere Aufgusserlebnisse stimulieren alle Sinne – ob mit Kräutern, Blüten, Früchten, Hölzern oder Mineralien. Mit kleinen Geschichten rund um Aroma und Wirkung erleben Sie unterhaltsame und kurzweilige Saunagänge – jeweils zur vollen Stunde. Eintritt Standardtarife Bade- und Saunawelt



Mai/Juni