

Die Angebote an den Stränden werden erweitert

Die Staatsbad Norderney GmbH bietet weitere Angebote an den Stränden an und lädt alle Insulaner wie Gäste ein, diese wahrzunehmen. Von Korbvermietung bis zum Strandsport reicht die Palette.

So öffnet am Freitag, den 9. Juli die Korbvermietung am Nordbad 2, der Badebetrieb startet dort am Samstag, 10. Juli. Dort sind nun auch die Toiletten bereits seit einigen Tagen zugänglich.

An der Kaiserweise und am Westbad werden neue Strandliegen angeboten. Die Anlieferung ist noch für diese Woche geplant, sodass Gäste wie Einheimische schon bald die neuen Entspannungsliegen ausprobieren können.

Der Strandsport startet am 8. Juli. Täglich – außer mittwochs – wird ein abwechslungsreiches Programm am Westbad (ab 10:00 Uhr) sowie am Nordbad (ab 11:30 Uhr sowie ab 14:30 Uhr) angeboten. Jede Einheit dauert etwa 45 Minuten, der Treffpunkt ist jeweils an der Badehalle. Dazu Heiko Wenzig vom bade:haus norderney: „Am Wasser, am weiten Sandstrand, mit Ausblick und Fokus, für Einsteiger und Profis, für Rücken und Bauch, gegen Stress und Anspannung: Strandsport auf Norderney bietet für Jung und Alt das Richtige.“ Das komplette Programm geht bis zum 18. September und ist unten aufgelistet.

Das komplette Programm des Strandsport 2021

Vom 08. Juli bis 18. September 2021, täglich außer mittwochs

| Tag | Zeit | Ort | Kurs | Beschreibung |
|-------------------|-------|---------|-----------------------|---|
| Montag | 10:00 | Westbad | Fitness am Strand | Gymnastik- und Kräftigungsübungen |
| | 11:30 | Nordbad | Stretch and Relax | Dehnungen und Entspannung für bessere Beweglichkeit |
| | 14:30 | Nordbad | Power Zirkel | Kraftvolles und dynamisches Training an der Brandungszone |
| Dienstag | 10:00 | Westbad | Functional Workout | Übungen fürs Zusammenspiel mehrerer Muskelgruppen |
| | 11:30 | Nordbad | Yoga | Bewegung, Atemübungen und Meditation |
| | 14:30 | Nordbad | Dance Workout | Tänzerische Übungsreihen |
| Donnerstag | 10:00 | Westbad | Fitness am Strand | Gymnastik- und Kräftigungsübungen |
| | 11:30 | Nordbad | Bauch, Beine, Po | Gleichermaßen geeignet für Männer und Frauen |
| | 14:30 | Nordbad | Dance Workout | Tänzerische Übungsreihen |
| Freitag | 10:00 | Westbad | Fitness am Strand | Gymnastik- und Kräftigungsübungen |
| | 11:30 | Nordbad | Oberkörper-Workout | Gleichermaßen geeignet für Männer und Frauen |
| | 14:30 | Nordbad | Power Zirkel | Kraftvolles und dynamisches Training an der Brandungszone |
| Samstag | 10:00 | Westbad | Wirbelsäulengymnastik | Training für einen gesunden und starken Rücken |
| | 11:30 | Nordbad | Tabata | Varianten des hochintensiven Intervalltrainings |
| | 14:30 | Nordbad | Yoga | Bewegung, Atemübungen und Meditation |
| Sonntag | 10:00 | Westbad | Functional Workout | Übungen fürs Zusammenspiel mehrerer Muskelgruppen |
| | 11:30 | Nordbad | Dance Workout | Tänzerische Übungsreihen |
| | 14:30 | Nordbad | Bauch, Beine, Po | Gleichermaßen geeignet für Männer und Frauen |

Dauer einer Einheit: ca. 45 Minuten. Treffpunkt ist jeweils an der Badehalle am Strand.

Aktuell gelten besondere Regeln: Bitte bringen Sie Ihr Handtuch sowie Ihre Matte mit und desinfizieren das gestellte Zubehör.

Bitte tragen Sie sich in die Teilnehmerliste oder per LUCA-App ein und halten jederzeit 1,50 m Abstand voneinander. Bitte tragen Sie bis zum Beginn des Kurses Ihre Maske.

Wir bitten um Verständnis, dass die Umkleiden und Duschen in den Badehallen momentan geschlossen sind. Ein Bad im Meer zur Abkühlung hinterher wirkt natürlich Wunder!

Dieses Angebot ist eine kostenlose Leistung der NorderneyCard. Änderungen sind vorbehalten.