

Pressemitteilung

20.05.2025

Aktiv am Meer: Das Badehaus startet ein erweitertes Strandsport- und Aquafit-Proramm

Bewegung an der frischen Meeresluft, mit Blick auf die Wellen und dem Wind im Gesicht: Das Badehaus Norderney bietet auch in der Saison 2025 wieder ein abwechslungsreiches Strandsport-Programm für alle Inselgäste und Norderneyfans.

Ab Montag, 26. Mai 2025 heißt es wieder: Schuhe aus, ab in den Sand, tief durchatmen und los geht's – mit täglichen Angeboten direkt am Westbad. Neben Klassikern wie Nordic Walking und ThalassoAktiv wird in diesem Jahr auch ThalassoRelax regelmäßig in den Ablauf integriert.

Das Strandsport-Programm im Überblick:

- ◆ Nordic Walking entlang der Brandungszone
Treffpunkt: Westbad | Dienstag bis Samstag | 9.00 – 09.45 Uhr
Ein schwungvoller Start in den Tag mit einem gelenkschonenden Ausdauertraining – begleitet vom Rauschen der Wellen.
- ◆ ThalassoAktiv
Treffpunkt: Westbad | Dienstag bis Samstag | 10.00 – 10.45 Uhr
Bewegungseinheiten mit Fokus auf Atmung, Haltung und Mobilität – eingebettet in die natürlichen Reize des Nordseeklimas.
- ◆ ThalassoRelax
Treffpunkt: Westbad | Dienstag bis Samstag | 11.00 – 11.45 Uhr
Ein Angebot für alle, die Entspannung suchen: Sanfte Dehnungen, achtsame Bewegungen und bewusste Ruhephasen am Meer.

Erweiterung des Aquafit-Angebots im Badehaus

Parallel zum Outdoor-Programm wird auch das Aquafit-Angebot im Badehaus Norderney ausgeweitet. Ab sofort gibt es zwei wöchentliche Kurstermine im Spassbad des Badehaus:

- ◆ Aquafit im Badehaus Norderney
Montags | 17.30 Uhr
Mittwochs | 17.15 Uhr
Effektives Training im Wasser – gelenkschonend, belebend und mit viel Spaßfaktor. Ideal für alle Altersgruppen.

PRESSEKONTAKT:

UWE SCHNEIDER

T +49 (0)4932 891-196

E-MAIL: SCHNEIDER@NORDERNEY.DE

STAATSBAD NORDERNEY GMBH

AM KURPLATZ 1

26548 NORDERNEY

NORDERNEY

meine Insel

Ob aktiv im Sand oder im Wasser: Das Badehaus Norderney lädt in der Saison 2025 zum Mitmachen, Durchatmen und Gesundbleiben ein. Weitere Informationen und Hinweise zur Teilnahme gibt es direkt im Badehaus Norderney sowie online unter norderney.de/veranstaltungen.