

Pressemitteilung

16.02.2026

THALASSOSOSPORT

AquaFit und Wasser-Qigong: Angebote starten im bade:haus

Die Angebote AquaFit und Wasser-Qigong sind ab sofort wieder im bade:haus Norderney am Start. AquaFit ist bereits Anfang dieser Woche am Montag, 16. Februar 2026 im Spassbad gestartet, Wasser-Qigong beginnt 2026 am Freitag, 20. Februar 2026 um 8:45 Uhr im „Wasser“ Thalassobad.

AquaFit findet jeweils montags und mittwochs ab 17:30 Uhr im Spassbad, Wasser-Qigong freitags ab 8:45 Uhr im „Wasser“ Thalassobad statt.

Das 45-minütige Thalassosport-Angebot „Mach mit beim AquaFit“ im Spassbad des bade:haus Norderney ist speziell darauf ausgerichtet, Körper und Geist zu erfrischen. Es bietet ein ideales Training für Teilnehmer:innen aller Fitnesslevel, die ihre Ausdauer verbessern, Muskeln stärken und ihre Atmung optimieren möchten, während sie gleichzeitig Spaß am gemeinschaftlichen Sport haben.

AquaFit ist bekannt für seine geringe Belastung der Gelenke und bietet gleichzeitig ein effektives Workout, das sowohl die körperliche als auch die mentale Gesundheit fördert. Dies ist eine großartige Gelegenheit, in einer unterstützenden und energetischen Umgebung aktiv zu werden.

Das 45-minütige Thalasso-Angebot „Wasser-Qigong“ bietet eine sanfte Bewegungsform aus China, die Körper und Geist in Einklang bringt. Die Kombination aus fließenden Bewegungen, bewusster Atmung und der wohltuenden Wirkung des Meerwassers fördert Entspannung, Mobilität und Wohlbefinden. Wasser-Qigong eignet sich für alle Altersgruppen und Fitnesslevel.

Details zur Kursbuchung und Teilnahme

- **Ort:** bade:haus Norderney
- **Dauer:** 45 Minuten pro Sitzung
- **Kosten:** 14 Euro pro Person und Einheit
- **Anmeldung:** Per E-Mail unter badehaus@norderney.de oder telefonisch unter 04932 891-400
- **Informationen:** norderney.de/badehaus

PRESSEKONTAKT:

UWE SCHNEIDER

T +49 (0)4932 891-196

MAIL: SCHNEIDER@NORDERNEY.DE

STAATSBAD NORDERNEY GMBH

AM KURPLATZ 1

26548 NORDERNEY