

### Mehr als einfach nur Sauna: Rückblick auf unsere Highlights

Einen Traum aus „Tausendundeiner Nacht“ boten wir Ihnen während unserer Damen-Spezial-Tage. Kaffeegerüche, Zuckerpeeling, Gesichtsmasken, Gedanken- und Traumreisen sowie vieles mehr verwöhnten unsere Damen. Rosen, Kerzen und orientalische Düfte ergänzten unser Wohlfühlprogramm.

Immer wieder stellen wir an einem Tag unsere Sauna für Sie auf den Kopf. Sie können sich von Kopf bis Fuß verwöhnen lassen. Jeder Aufguss ist etwas Besonderes. Vergessen Sie die Welt um sich herum, halten Sie die Zeit an und bringen Sie Körper und Geist in Balance – die perfekte Erholung!

Finden Sie alles, was Ihrer Entspannung und Revitalisierung dient, vom Saunaparadies bis hin zur Wellnessmassage oder kosmetischen Behandlungen. An diesen Tagen sind viele liebevolle Geister da, die sich um Sie kümmern werden.

Auch konnten unsere Gäste Fußball erleben. Nicht nur vor dem Fernsehen sitzen, sondern gemeinsam mit den Spielern vom Anpfiff bis hin zum Final-Aufguss schwitzen!

Unsere Saunaabende-Spezial sind immer wieder etwas Neues und lassen sich von der Aktualität inspirieren. Wir bieten Ihnen an diesen besonderen Abenden auch in Zukunft besondere Saunaaufgüsse, Aktivitäten und kulinarische Extras.

Unser Finale war unsere 24-Stunden-Sauna am 2. auf den 3. Juli. Dort begann die Reise durch die faszinierende Sehnsuchtswelt. Spannende Entdeckungsreisen durch die Wunderwelt Afrikas. In einer warmen Sommernacht haben wir unsere Gäste in die Welt Afrikas entführt:

Sie tauchten ein in eine Welt voller toller Gerüche und Geschmäcker, träumten nachts unterm Sternenhimmel in weichen Heubetten vorm offenen Feuer von den kleinen Geschichten Afrikas.

Magie: Bunte kleine Häuser fliegen vorbei. Zwei kleine Mädchen in sauberen Kleidern schnattern am Straßenrand entlang. Eine ältere Frau transportiert einen Krug auf dem Kopf. Namibia ist extrem dünn besiedelt. Die Bevölkerung ist konzentriert auf wenige Städte und den fruchtbaren Norden des Landes. Dieser Tag war voller Magie!

Wir blendeten alle Sorgen aus und tauchten ein in diese uns fremde Kultur.

Seien Sie beim nächsten Mal bei einer unserer Events dabei. Lassen Sie einfach die Seele baumeln und genießen bei verführerischen Düften und wohliger Wärme ein süßes Nichtstun!

### In dieser Ausgabe

Rückblick	1
Natural balance	2
Rätsel	2
Nichtschwimmer	2-3
Sportzentrum	3
Termine	4
Umfrage	4





## Your natural balance – die ganzheitliche Wohlfühloase für Körper, Geist und Seele.

Schwitzen, baden, duschen – jedesmal verliert die Haut Mineralien und Feuchtigkeit. Sonne und Heizungsluft trocknen die Feuchtigkeitsspende aus. Da geht viel Substanz und später sehr viel Schönheit verloren. Pflegen Sie die Haut nach dem heißen Sommer und beugen Sie dem kalten Herbst vor. Füllen Sie Ihren Feuchtigkeitsspeicher wieder auf! Mit der Pflegeserie von ALDO VANDINI.

ALDO VANDINI erfüllt die unterschiedlichen Bedürfnisse nach Pflege, Schönheit, Verwöhnung und macht Wellness über alle Sinne spürbar. Hochwertige Rezepturen, natürliche Inhaltsstoffe und verwöhnende Düfte ermöglichen den Luxus der Besinnung auf sich selbst.

### Aufbaupflege für trockene Haut: Vanille & Macadamia

Die verführerische Kombination aus dem Duft zarter Vanille und intensiver Pflege. Der wertvolle Wirkkomplex mit reinem Macadamianussöl macht Ihre trockene Haut streichelzart.

### Beruhigungsquelle für sensible Haut: Nachtkerze & Hafer

Spüren Sie die milde Pflege für eine streichelzarte Haut. Die natürlichen Beruhigungsquellen von hochwertigem Nachtkerzenextrakt und Haferprotein wirken ausgleichend und harmonisierend.

### Hydropflege für jeden Hauttyp: Aloe Vera & Weißer Tee

Die Pflegeprodukte für die feuchtigkeitsarme Haut vermitteln der Haut Impulse, damit sie das natürliche Gleichgewicht zurückgewinnen kann und ihr schönes Aussehen bewahrt.



## Rätsel

In beiden Teilaufgaben beginnen die Worte mit den gleichen Buchstaben. Finden Sie heraus, welche es sind. An den Platzhaltern erkennen Sie, um wie viele Buchstaben es sich handelt.

Die Auflösung finden Sie auf der Rückseite.

a) \_\_\_\_\_  
 -ST  
 -KAL  
 -ESIE  
 -LKA

b) \_\_\_\_\_  
 -DEL  
 -BBELIG  
 -MPF  
 -KTUR

## Rätsel

Drei Personen stellen Behauptungen auf. Finden Sie heraus, ob alle ehrlich sind. Enttarnen Sie gegebenenfalls den oder die Lügner.

Die Auflösung finden Sie auf der Rückseite.

- **Carmen:**  
Wenn Lars lügt, dann sagt Thomas die Wahrheit!
- **Lars:**  
Entweder ist Carmen oder Thomas unehrlich!
- **Thomas:**  
Carmen und Lars sind ehrlich!



## Nimmt die Zahl der Nichtschwimmer zu?

Regelmäßig hört man von der „Schwimm-Misere“ – davon, dass in Deutschland eine neue Generation von Nichtschwimmern heranwächst. Unlängst veröffentlichte die DLRG in Bayern dramatische Zahlen. Bayerns DLRG-Präsident Dieter Hoffmann sagte in Bamberg zu Beginn der Freibad-Saison: „Rund 40 Prozent der Zehnjährigen können nicht schwimmen.“ Vor fünf bis zehn Jahren hätten noch 95 bis 100 Prozent der Kinder schwimmen können.

Zwar wurde der DLRG von vielen Seiten Populismus vorgeworfen – die Zahl sei viel zu hoch gegriffen, und nicht belegbar – doch ein unangenehmer Beigeschmack bleibt.

Tatsächlich gibt es keine bundesweite, unabhängige Statistik zur Zahl der Nichtschwimmer in Deutschland. Fragt man Schulleiter oder Badleiter, bekommt man je nach Region sehr unterschiedliche Auskünfte. Die Zahlen der DLRG kann Christian Kunz,

Leiter des Freizeitbads „Aquadriush“ in Unterschleißheim, nicht nachvollziehen. „Die höchste Quote hatten wir 2007, da konnten in einer Schule von 120 Kindern aus der dritten und vierten Klasse 20 nicht schwimmen. Das sind knapp 17 Prozent. Es gibt allerdings auch SchulleiterInnen, deren Aussagen alarmieren: „Bei der Einschulung haben von etwa 70 Kindern vielleicht zwei oder drei das Seepferdchen. Zu Beginn des Schwimmunterrichts in der zweiten



Klasse können Anfangs 85 Prozent der Kinder nicht schwimmen!“

Die Begründung der DLRG, die vor allem die Badschließungen durch die Kommunen für das Problem der steigenden Nichtschwimmerzahlen verantwortlich macht, lässt Reinhard Schreiber, Badleiter des mona mare, nicht gelten. „Das ist viel zu pauschal, und oft falsch“. Zwar würden marode Bäder geschlossen, gleichzeitig entstünden jedoch vielerorts neue und größere Anlagen, die die alten mehr als ersetzen. Als Indiz dafür führt er den Arbeitsmarkt an. „Für Bademeister und Schwimmlehrer gibt es derzeit viele gute Jobs!“ Dass gerade im ländlichen Bereich die Anfahrtswege oft länger ausfallen, habe eher mit dem

Konkurrenzdenken der Kommunen zu tun. Und er schlägt vor, die Kommunen sollten beim Schwimmbadbau besser kooperieren. „Mehrere Gemeinden könnten gemeinsam ein Bad an einem günstigen Standort errichten und sich die Kosten teilen.“

Mit dieser Meinung steht er nicht alleine. Auch Badleiter Christian Kunz aus dem bayrischen Unterschleißheim kann für sein Einzugsgebiet „keine massenhafte Baderschließungen feststellen“. Und Joachim Häuser vom Bundesfachverband Öffentlicher Bäder (BÖB) stellt fest: „Es gibt in jeder Kommune ein geeignetes Bad zum Schwimmenlernen.“

Auch in einem weiteren Punkt herrscht Einigkeit. Steigende Nichtschwimmerzahlen sind vor allem ein gesellschaftliches Problem. Zum einen liegt das an

einem veränderten Freizeitverhalten. Ein Überangebot an Freizeitaktivitäten lässt das Schwimmen in den Hintergrund treten.

Zum anderen „sind die Eltern einfach nicht mehr hinterher, dass ihre Kinder schwimmen lernen“, konstatiert Joachim Häuser. Dies habe mehrere Ursachen. In der heutigen Arbeitswelt, wo oft beide Eltern berufstätig sind, fänden diese oft nicht die Zeit und Energie, auch noch mit den Kindern schwimmen zu gehen. „Andererseits würden viele Eltern ihre Kinder gerne zum Schwimmkurs schicken, haben dafür aber schlicht kein Geld“, weiß Schulleiterin Ullenboom.

Aber auch kulturelle und religiöse Gründe spielen eine Rolle. Gerade in Gegenden, in denen viele Zuwanderer leben, ist die Zahl der Nichtschwimmer-Kinder besonders hoch. Gefragt,

wie man es denn trotzdem schaffen könnte, möglichst vielen Kindern das Schwimmen beizubringen, betont Badleiter Schreiber die wichtige Rolle der Kindergärten. „Es wäre gut, wenn es dort überall engagierte Erzieher gäbe, die sich zutrauen, mit den Kindern ins Bad zu gehen.“

„Wenn Erzieher sich fortbilden und einen Rettungsschwimmer haben, gehen sie in der Regel auch mit den Kindern schwimmen.“ Zusammen mit einem Förderverein hat er ein Angebot geschaffen, welches den Kindergärten ermöglicht, zu einem minimalen Eintritt das Bad zu nutzen. Außerdem bietet das mona mare einmal im Jahr für die „härtesten Fälle“ jeweils einer Grundschule einen kostenlosen Schwimm-Förderunterricht an.

Bericht in Auszügen  
von Robert Woltmann

## Starke Partner mit breitem Sport- und Wellnessangebot: Sportcentrum Berghausen und mona mare verstärken Zusammenarbeit

Im mona mare drehen sich ja bekanntlich alle sportlichen Aktivitäten und Angebote rund ums Element Wasser und das Saunaland. Wer noch mehr für seinen Körper und sein Wohlbefinden tun möchte, ist bei unserem Kooperationspartner, dem Sportcentrum Berghausen in Langenfeld, genau richtig.

Auf über 12.000 Quadratmeter wartet ein breites Sportangebot auf die Gäste: Badminton, Squash, Tennis, Walking, Cageball, Spinning sowie Fitness und Gymnastikkurse.

Neue Trendsportarten wie Zumba (ein besonderes Workout-Programm) oder der hocheffektive Milon-Zirkel erweitern ständig das Angebot.

Trainiert wird nach einem gründlichen Eingangsscheck unter der fachlichen

Leitung von Diplomsportlern und lizenzierten Trainern. Wer seine Kondition gemeinsam mit anderen Sportlern ver-



bessern und mehr Fett verbrennen möchte, ist in den Kursen Fatburner, Step, Workout, BOP, Pilates, Muscle Definition, Yoga-Workout oder Stretching genau richtig. Wer lieber Sport an der

frischen Luft bevorzugt, für den bietet die Multifunktionsanlage Walking-Kurse, Tennis Außenplätze, Beachvolleyball,

Beachsoccer und eine 18-Loch-Turnier-Minigolf-Anlage.

Zum Relaxen und Entspannen nach dem Sport stehen Sonnenbänke und die Sauna zur Verfügung. Für kühle Erfri-

schungen, Kaffee und Leckereien ist das Sportbistro die richtige Anlaufstelle.

Happy Birthday im Sportcentrum Berghausen: Für jede Menge Sport und strahlende Gesichter sorgen die Kindergeburtstage im Sportcentrum Berghausen. Hier können die Feiern auch richtig laut und wild werden. Zur Wahl stehen jede Menge Angebote mit viel sportlichem Elan: Cageball, Badminton, Kegeln, Minigolf oder Kindertanz. Das Sportcentrum kümmert sich um die kleinen und großen Wünsche, damit jede Geburtsfeier ein toller Erfolg und ein unvergessliches Erlebnis wird.

Alle Angebote und weitere  
Informationen unter:

[www.sportcentrum-berghausen.de](http://www.sportcentrum-berghausen.de)  
oder über die Hotline (02173) 65 220

# MONA MARE Aktionskalender

September 2010 bis Februar 2011



Kurt-Schumacher-Straße 2 · 40789 Monheim am Rhein  
Telefon (02173) 93 87 93 · Telefax (02173) 93 89 86  
[www.monamare.de](http://www.monamare.de)



Saunaabend-Spezial	4. September			4. Dezember		
Aqua-fun-action-Kids	4. September	2. Oktober	6. November	4. Dezember		
Damen-Sauna-Spezial	6. September		29. November			
Wellnesstag	18. September	23. Oktober	20. November		16. Januar	20. Februar
Aqua-Cycling-Spezial	25. September	30. Oktober	27. November		29. Januar	26. Februar
Saunaführung	18. September	23. Oktober	20. November		16. Januar	20. Februar
Saunieren bis zur Geisterstunde <small>Der lange Saunaabend</small>	24. September	29. Oktober	26. November		28. Januar	25. Februar
Tauchwochen		9.-24. Oktober				
Wellnesswoche			3.-13. November			
Aquafitness-Festival			27. November			
Weihnachtswoche im Saunaland				20.-23. Dezember		
Schließzeit Badeland				6.-23. Dezember		
Schließzeit Saunaland				13.-19. Dezember		

Weitere Termine im Januar & Februar entnehmen Sie bitte den Flyern.

Aufösungen Seite 2  
I. Rätsel: Alle lügen./2. Rätsel: a) PO b) STRU



## Wir interessieren uns für Ihre Meinung!

Bitte ankreuzen:  Saunabesucher  Schwimmbadbesucher

	sehr zufrieden	allgemein zufrieden	unzufrieden
Mit dem Service in der Gastronomie bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit dem Angebot auf der Speisekarte bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit dem Angebot in der Gastronomie bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit dem Service an der Kasse bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit den Informationen durch das Kassenpersonal bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit den Informationen durch Flyer bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit den Informationen durch die Homepage bin ich...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Wir haben unsere Internetseite neu gestaltet. Schauen Sie doch mal rein: [www.monamare.de](http://www.monamare.de)

Vielen Dank für die Rückmeldungen aus der letzten Ausgabe. Die Wertkarte ist verlost worden — der Gewinner benachrichtigt worden. Wir interessieren uns auch weiterhin für Ihre Meinung.

Ich interessiere mich für den Newsletter, bitte schicken Sie ihn mir zu!  
Meine E-Mail Adresse:

Mein Verbesserungsvorschlag:

Den ausgefüllten Fragebogen legen Sie bitte in den dafür vorgesehenen Kasten in der Gastronomie!