



PARTY IM POOL und auf der Liegewiese. Das Team von ZEPHYRUS kommt auch in diesem Jahr in die Bielefelder Freibäder.

POWER IM POOL AquaFitness-Trainer Dominic Pollakowski beim Training mit Wasserhanteln im Wiesenbad.



WAS LÄUFT IN DEN BIELEFELDER FREIBÄDERN?  
[bbf-online.de](http://bbf-online.de)

„Auch Sport im Wasser kann anspruchsvoll, sehr intensiv und fordernd sein.“

Dominic Pollakowski,  
AquaFitness-Trainer der BBF



**E**in Freibad – woran denken Sie jetzt? An Menschen, die in der Sonne relaxen, an Kinder, die im Wasser toben und die Riesenrutsche hinabflitzen? Oder an Sportler, die frühmorgens ihre Bahnen ziehen? Keine Frage, all das gehört zum Freibad-Gefühl. Es ist aber längst nicht alles!

#### FEIERN UND SPAß HABEN

Da gibt es die heißen Pool-Partys für Kids und Teens: Los geht's zum Schulferienbeginn am 13. Juli im Freibad Dornberg mit der »School's out«-Party. Bei erfrischenden Frucht-Cocktails und toller Musik sind Schularbeiten und Lehrer schnell vergessen und die Mutigsten eifern beim Turmspringen und Rutschen um die Wette.

Jede Menge Action versprechen auch drei **Holiday-Pool-Partys** in den Freibädern Senne, Hillegossen und Gadderbaum vom 24. bis zum 26. Juli. Das beliebte Team von ZEPHYRUS bringt ein mitreißendes Urlaubsfeeling

ins Wasser und auf den Rasen: Riesenwippen, bunte Schwimminseln und Rasen-Ski, Pedalo-Rennen, Stelzenlauf und Torwandschießen. Für alle ist was dabei – auch Hula-Hoop und Seifenblasen-Spaß für die Kleinsten.

#### ECHT SPORTLICH – DER AQUAFITNESS-MARATHON

Während die Kinder toben und feiern, kommen die sportbegeisterten Erwachsenen in diesem Sommer auch nicht zu kurz. Denn **AquaFitness**, der neue Trendsport, wird auch im Wiesenbad großgeschrieben. Dominic Pollakowski, einer der AquaFitness-Trainer der Bielefelder Bäder und Freizeit GmbH BBF, erklärt: »Auch Sport im Wasser kann anspruchsvoll, sehr intensiv und fordernd sein. Dadurch, dass Wasser eine höhere Dichte hat als Luft, trägt es aber einen Großteil des Körpergewichts und entlastet so die Gelenke.« Und das Beste daran: das gemeinsame Sporterlebnis unter freiem Himmel bei Sonnenschein und frischer Luft. Warum also nicht mal das Fitnessstudio gegen eine ▶



FAST WIE URLAUB  
Kinder haben bei den Sommer-Pool-Partys im Juli einen Riesenspaß.

Sun & Fun  
**Sommer Pool Party**



#### HITS & TIPPS fürs Freibad

##### SOMMERSAISON BBF-KARTE BRONZE

Gilt in allen acht BBF-Freibädern, auch in den vereinsbetriebenen. Es gibt sie auch ermäßigt und als Familienkarte. Erworben werden kann sie im Senner Waldbad, im Wiesenbad, im Freibad Jöllenbeck, in allen Hallenbädern und im Kundenzentrum Jahnplatz Nr. 5.

##### SOMMERSPAß

Wer zehn Stempel gesammelt hat, bekommt einen Gratisbesuch in einem Bad der BBF nach Wahl geschenkt – inklusive Eintritt in die Sauna (zwei volle Sommerpässe = Familienkarte).

##### SOMMERFERIENKARTE

Für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren

##### FÜR KIDS & TEENS

»School's out«-Party:

13.07. Freibad Dornberg

Holiday-Pool-Partys:

24.07. Senner Waldbad

25.07. Freibad Hillegossen

26.07. Freibad Gadderbaum

(jeweils von 14 bis 18 Uhr bei normalem Eintrittspreis)

Alle Infos über Schwimm-, Präventions- und AquaSport-Kurse erhalten Sie online unter [bbf-online.de](http://bbf-online.de)

AquaFitness-Einheit im Freibad tauschen? Ob das was für Sie ist, können Sie auch direkt **jetzt am Sonntag, den 8. Juli von 11 bis 15 Uhr** ausprobieren. Das **Senner Waldbad** lädt zum **AquaFitness-Marathon** ein, bei dem das breite Repertoire aller Aquasport-Angebote der BBF vorgestellt wird – auch die neuesten Trends wie AquaJump und das hochintensive Intervalltraining AquaBata.

Weil Bewegung tut, setzt das BBF in diesem Jahr noch einen drauf: »Wir möchten diejenigen, die mit dem Fahrrad oder mit Bus und Bahn in die Freibäder kommen, belohnen, weil sie nicht nur sich selbst etwas Gutes tun, sondern auch der Umwelt«, sagt Hans-Werner Bruns, der Geschäftsführer der BBF. Bei der Aktion **Mit dem Rad zum Bad** erhält jeder, der zu einem der acht Freibäder mit dem Rad kommt, gegen Vorlage seines Fahrradhelms einen Stempel in einer 10er-Stempelkarte. Ist die Stempelkarte voll, erhalten die Teilnehmer einen BBF-Turnbeutel und können eine BBF-Karte Gold gewinnen. Und wer ins Wiesenbad mit Bus und Bahn fährt, kann von der Kooperation mit moBiel profitieren: An der Kasse erhält er ein vergünstigtes Rückfahrticket für Bielefeld für nur 50 Cent. ■