

SPORTPARK NEWS

AUSGABE SOMMER 2017

DAS FAMILIENMAGAZIN FÜR SPORT, FREIZEIT UND SPASS IN LEVERKUSEN



EVL-HALBMARATHON 2017

Zum 17. Mal heißt es am 11. Juni in Leverkusen gemeinschaftlich: Laufschuhe an und los!

START DER FREIBADSAISON

Es darf wieder im Freien geplätscht werden



PARK-SAUNA ZERTIFIZIERT

Auf den Spuren von Sebastian Kneipp



FERIEN-FUN UND CO.

Zahlreiche Veranstaltungen machen den Sommer noch schöner



EVL-HALBMARATHON AM 11. JUNI 2017

QUER DURCH DIE SPORTSTADT LEVERKUSEN

Am 11. Juni 2017 wird bereits zum 17. Mal das Lauf-Highlight des Jahres in Leverkusen ausgetragen: der EVL-HalbMarathon. Das Läuferfeld kann sich auf einen reizvollen und zugleich anspruchsvollen Rundkurs freuen.

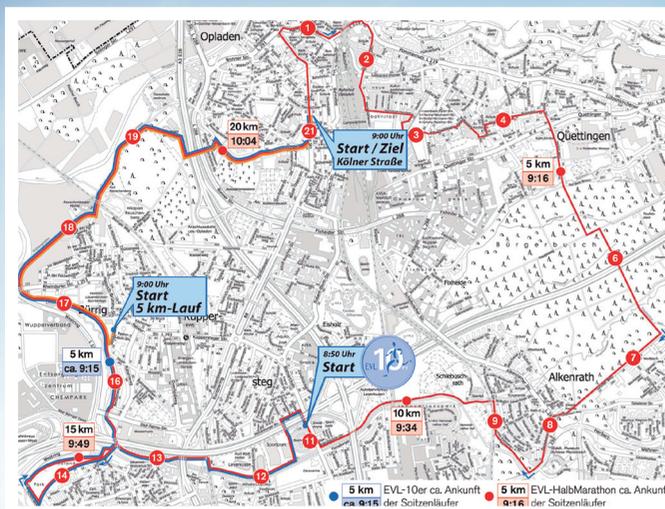
Attraktive Streckenführung

Der Rundkurs startet wie gewohnt auf der Kölner Straße und führt direkt durch die Fußgängerzone in Opladen. Anschließend verläuft die Strecke durch die neue Bahnstadt Opladen sowie durch wunderschöne Waldstücke vorbei am Schloss Morsbroich. Die BayArena wird komplett umrundet, bevor es über den Neuland-Park, das ehemalige Landesgartenschau Gelände, Richtung Wildpark Reuschenberg geht. Nach einem anstrengenden Anstieg am „Sauerberg“ erreichen die Läufer den Zielbereich auf der Kölner Straße, wo sie von den Zuschauern empfangen werden.

Jetzt anmelden!

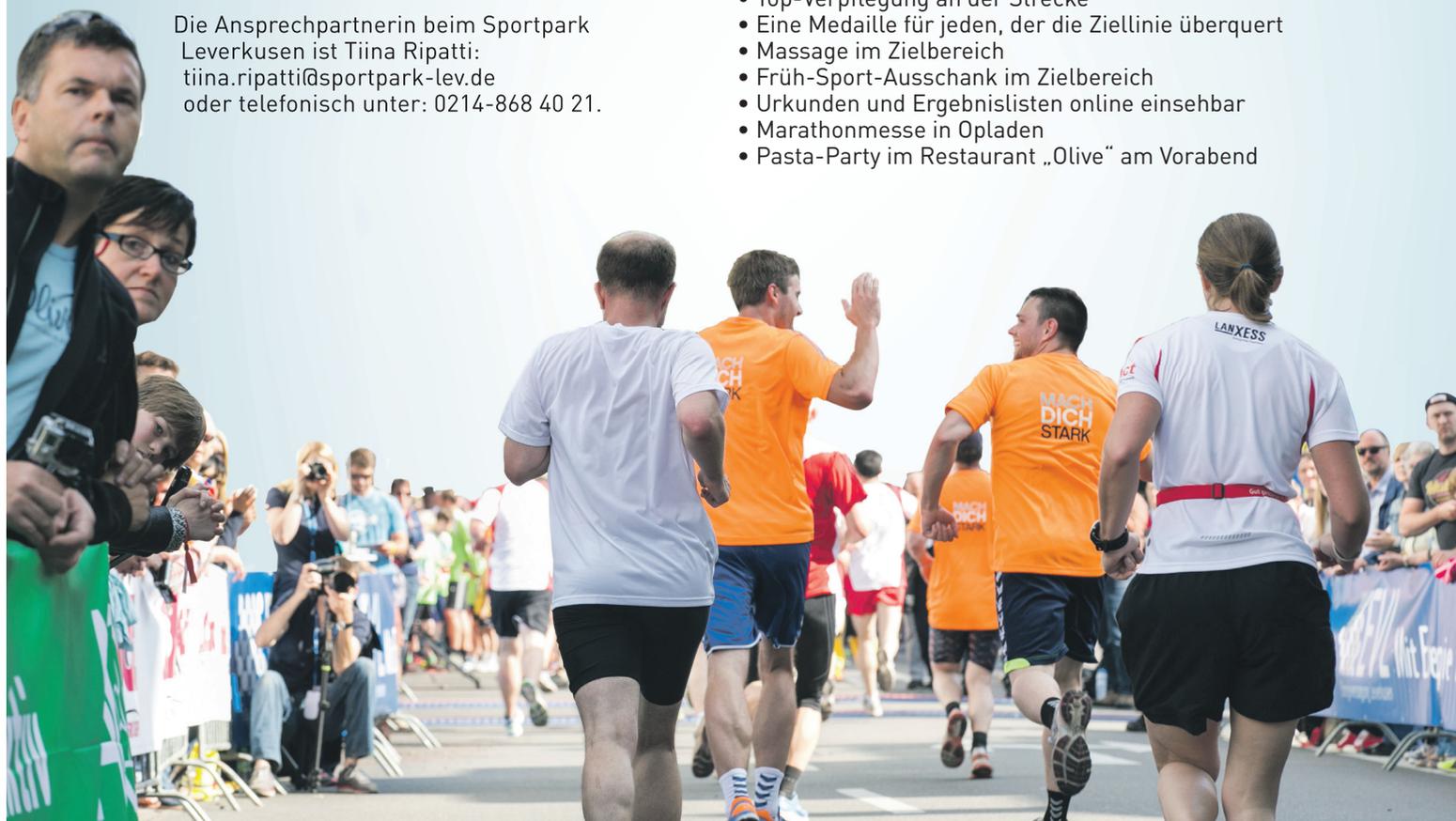
Ganz gleich, ob für den EVL-HalbMarathon, den „EVL-10er“, den 5 km-Lauf, die Bambiniläufe oder die Schul- und Firmenstaffeln: Wer am 11. Juni 2017 an einem der sportlichen Highlights teilnehmen möchte, kann sich im Internet unter www.leverkusen-halbmarathon.de anmelden. Auf der Webseite sind zudem zahlreiche Informationen zum diesjährigen EVL-HalbMarathon zu finden. Das gilt auch für die Facebook-Seite, wo die Läufer nicht zuletzt Kontakt zu Mitstreitern aufnehmen können.

Die Ansprechpartnerin beim Sportpark Leverkusen ist Tiina Ripatti:
tiina.ripatti@sportpark-lev.de
oder telefonisch unter: 0214-868 40 21.



Gewohnt guter Service vor, während und nach dem Lauf:

- Personalisierte Startnummern mit Namen
- Modernste Zeitmessung mit Zwischenzeiten alle 5 Kilometer
- Top-Verpflegung an der Strecke
- Eine Medaille für jeden, der die Ziellinie überquert
- Massage im Zielbereich
- Früh-Sport-Ausschank im Zielbereich
- Urkunden und Ergebnislisten online einsehbar
- Marathonmesse in Opladen
- Pasta-Party im Restaurant „Olive“ am Vorabend



LEVDOG AM 17. SEPTEMBER 2017

TIERISCHER WASSERSPASS

Hundehalter sollten sich einen Termin im Spätsommer schon jetzt rot im Kalender anstreichen: Am 17. September 2017 findet ab 11.00 Uhr unter dem Titel „LevDog“ bereits zum dritten Mal das beliebteste Hundeschwimmen im Freibad Wiembachtal statt.

Während sich die Hunde im kühlen Nass des Freibads Wiembachtal austoben können, haben ihre Halter die Gelegenheit, sich auszutauschen oder einfach den Hunden beim Spielen zuzuschauen. Allerdings ist das nur vom Beckenrand aus erlaubt, da das erfrischende Wasser an diesem Tag nur für die Vierbeiner reserviert ist. Als weitere Attraktionen sind unter anderem eine Hunde-Messe, Infostände und Vorführungen rund um den Hund geplant. Zusätzlich wird wieder eine Unterwasserfotoaktion veranstaltet, bei der Herrchen und Frauchen die besten Momente ihrer Lieblinge festhalten lassen können.



Zur Veranstaltung

Einlass: 11.00 Uhr / Ende: 18.00 Uhr

Eintrittspreis: 1 Euro pro Pfote/Fuß

Eintritt für alle Hunde nur mit gültigem Impfschutz – Impfausweis nicht vergessen!

Der Tag des Hundeschwimmens leitet das endgültige Ende der Freibad-Saison ein. Das Wasser wird anschließend komplett abgelassen. Die Nutzung ist somit auch aus hygienischer Sicht unproblematisch. Zugelassen werden alle Hunde, die versichert und angemeldet sind. Des Weiteren wird ein gültiger Impfpass benötigt. Schließlich müssen alle nach dem Landeshundegesetz notwendigen Unterlagen vorgelegt werden.

Interessierte können bereits jetzt auf der Facebook-Seite der

Veranstaltung, die von „Hundimfreibad“ (siehe www.hundimfreibad.de) betrieben wird, ihre Teilnahme bestätigen, sich im Vorfeld austauschen oder über das detaillierte Programm informieren.

Weitere Informationen zur Veranstaltung finden Sie online unter www.sportpark-lev.de.

Ihre Ansprechpartnerin ist Tiina Ripatti: tiina.ripatti@sportpark-lev.de oder telefonisch unter: 0214-868 40 21.

Abfall-App

Mobil, überall und jederzeit!



Erinnerungsfunktion
Nie wieder vergessen die Tonne rauszustellen!

Sperrmüllanmeldung
Bestellen Sie Sperrmüll bequem von unterwegs.

Tonne nicht geleert
Sollten wir eine Tonne mal übersehen haben, informieren Sie uns direkt.



avea
Ihr kommunaler Partner

AVEA GmbH & Co. KG - 0214 8668-668 - abfallberatung@avea.de

EVL kompakt



Der EVL-Wasserturm

Besichtigen Sie kostenlos das höchste Gebäude in Leverkusen!



Der Wasserturm ist mit rund 72 Metern das höchste Gebäude der Stadt – und eines der bekanntesten Wahrzeichen von Leverkusen.

Genießen Sie die 360-Grad-Aussicht über Leverkusen und Umgebung. Vom 7. Mai bis einschließlich 17. September 2017 ist der Wasserturm an jedem 1. und 3. Sonntag von 10 bis 18 Uhr für Besichtigungen geöffnet. Eine Anmeldung für diese Termine ist nicht erforderlich, der Besuch ist **kostenlos**.

Kostenlose Parkplätze stehen entlang der Olof-Palme-Straße zur Verfügung.

Also auf zum EVL-Wasserturm. (Olof-Palme-Straße 5 in Leverkusen-Bürrig)

360° WEBCAM

Auch online beste Aussichten vom Wasserturm!
www.evl-gmbh.de

Endspurt!

EVL-HalbMarathon



Sichern Sie sich noch schnell einen Startplatz beim 17. EVL-HalbMarathon mit EVL-Card-Rabatt. Sonntag, 11. Mai 2017.

EVL-Card-Inhaber zahlen nur **22,00 EUR** statt 25,00 EUR Startgebühr.

(Startgebühr, alternative Strecken: EVL-10er:

13,00 EUR statt 16,00 EUR,

5 km-Lauf:

10,00 EUR statt 12,00 EUR)

Anmeldung bis zum 16. Mai 2017 unter www.leverkusen-halbmarathon.de

Kurzurlaub für Körper und Seele im CaLevornia



Machen Sie die Sommermonate zu Ihrem Sauna-Event „Schwitzen im Sommer“. Genießen Sie Entspannungstage in der PARK SAUNA im CaLevornia. Sauna-Fans mit der EVL-Card erhalten von Juni bis August 2017 ermäßigten Eintritt: **Tageskarte 18,40 EUR** (statt 23,00 EUR).

Die vergünstigten Saunatageskarten erhalten Sie ausschließlich im Vorverkauf im City Point.

Die EVL-Nacht der Songpoeten

2. September 2017, 20.15 Uhr, Scala-Club Leverkusen-Opladen

Arthur Horváth, Singer-Songwriter aus Leverkusen, präsentiert die „EVL-Nacht der Songpoeten“. Verstärkung erhält Arthur Horváth vom „Piano-Man“ Matt Monka aus Bremen und Luisa Skrabac aus Solingen.

10 % Sparvorteil mit der EVL-Card
Jetzt Ticktes sichern!

Die drei Liedermacher spielen ihre Songs im Wechsel. Sie plaudern aus dem Nähkästchen und beschreiben, wie die Songs entstanden sind. Die Besucher werden an diesem Abend eine sehr schöne Interaktion erleben, verspricht Horváth.



Samstag, 2. September 2017
Einlass 19.30 Uhr
Beginn 20.15 Uhr



Die ermäßigten Tickets können im Vorverkauf in unserem Kundencenter im City Point erworben werden.

Weitere Informationen finden Sie unter www.scala-leverkusen.de

Scala-Club
Leverkusen-Opladen
Umlandstr. 9

Impressum EVL kompakt

Herausgeber:
Energieversorgung Leverkusen
GmbH & Co. KG
Overfeldweg 23, 51371 Leverkusen
www.evl-gmbh.de

Redaktion: Regina Steuernagel, Regina Malek
Gestaltung: Werbeagentur Lorenz, Leverkusen
(Für alle Sparvorteile gilt: Änderungen vorbehalten.)



09. SEPTEMBER 2017
RENNSTART 14.00 UHR
 (TRAINING AB 11.00 UHR)



Informationen und
 Anmeldung unter
www.gesellschafterholung.de

OSTERMANN
CENTRUM LEVERKUSEN

Deutschlands modernstes Einrichtungs-Centrum!

Über 100.000 Artikel auf ostermann.de im Online-Shop! **Wir sind immer für Sie am Start!**

Öffnungszeiten: Mo - Sa: 10.00 - 20.00 Uhr/Restaurant ab 10.00 Uhr

CENTRUM LEVERKUSEN A3, Abf. LEV-Zentrum • Manforter Str. 10
 51373 Leverkusen • Telefon 0214.83210

Die großen Einrichtungs-Centren in NRW und auf ostermann.de

OSTERMANN

Einrichtungshaus Ostermann GmbH & Co. KG
 Firmensitz: Fredi-Ostermann-Str. 1-3, D-58454 Witten

Scala Club

18.5. FRANK GOOSEN
19.5. JOHANN KÖNIG im FORUM
20.5. ÖCZAN COSAR
21.5. BERNHARD HOËCKER
8.6. GUIDO CANTZ
9.6. LISA FELLER
10.6. THE DOORS IN CONCERT
11.6. MARKUS M. PROFITLICH
13.6. JOCHEN MALMSHEIMER
17.6. BERND STELTER
24.6. JÜRGEN BECKER
2.9. EVL NIGHT

WWW.SCALA-LEVERKUSEN.DE

TICKETHOTLINE 02171-767959

HAPPYBET EUROPEAN DARTS OPEN AM ERSTEN JULIWOCHENENDE

DARTS-SPEKTAKEL IN LEVERKUSEN

Wenn die Darts-Elite vom 30. Juni bis 02. Juli 2017 in Leverkusen zu Gast ist, herrscht Ausnahmezustand in der Ostermann-Arena. Beim siebten von insgesamt zwölf Turnieren der HappyBet European Darts Tour 2017 können Fans die besten Spieler hautnah erleben. Superstars wie der amtierende Weltmeister Michael van Gerwen werden die Halle zum Kochen bringen und dafür sorgen, dass ihre Fans den Darts-Klassiker „Stand up, if you love the Darts“ anstimmen. Beste Stimmung ist also garantiert, wenn die Spieler nach dem „Walk-on“ die Bühne betreten. Die besten 16 Dartspieler der PDC Pro Tour Rangliste sind



automatisch für die HappyBet European Darts Open qualifiziert und gemäß ihrer Platzierung für die zweite Runde gesetzt. 32 weitere Teilnehmer werden über eine Kombination von

Qualifikationsturnieren ermittelt. Die gesetzten Spieler greifen am Samstag in das Geschehen ein. Am Sonntag finden die dritte Runde, das Viertel- und Halbfinale sowie das Finale statt. Alle Spiele werden im Format „Best of 11 Legs“ gespielt – es gewinnt derjenige, der zuerst sechs Legs für sich verbuchen kann.

Restkarten für die HappyBet European Darts Open vom 30. Juni bis 02. Juli 2017 in der Ostermann-Arena sind online unter www.pdc-europe.tv erhältlich.

**ERLEBEN SIE DIE
BAYARENA.
WIR BRINGEN SIE
ZUM RASEN.**



1904
BAYER
LEVERKUSEN
DIE ANDERE FAMILIE

JETZT ANMELDEN UNTER:
bayer04.de 01805/04 04 04*

* 14 Cent/Min. aus dem Festnetz der DTAG; Mobilfunk max. 2 Cent/Min.




**NÜTZLICH &
INFORMATIV:
DIE NEUE
EVL-APP!**

Jetzt aufs Handy laden: 

www.evl-gmbh.de/app



Clever Busse mieten
unter www.wupsi.de

Mit Sicherheit gut unterwegs. **wupsi**

MAI

13.05.
Samstag, ab 09.00 Uhr
CaLevornia Park

Start der Freibadsaison

Der CaLevornia Park öffnet seine Pforten für alle Freibadgäste.

19.05.
Freitag, 16.00 - 18.30 Uhr
Park-Sauna Leverkusen

Kneipp-Workshop

Der Kneipp-Workshop führt alle Interessierten in die Grundlagen der Lehre von Kneipp ein. Der Workshop teilt sich in einen theoretischen und einen praktischen Teil. Treffpunkt für die Theorie ist der Konferenzraum in der Ostermann-Arena. Für den praktischen Teil geht die Gruppe dann gemeinsam zur Kneipp-Einrichtung in der Park-Sauna.

21.05.
Sonntag, 11.00 - 16.00 Uhr
Ostermann-Arena

Mädelsmarkt

Mädels lieben Klamotten! Ganz unter diesem Motto findet der Mädelsflohmarkt, alles für die Frau von jung bis reif, statt. Vintage-Schätze, Second Hand Mode, Kinderbekleidung und -Ausstattung, Babysachen, Designerware, Plus Size Kleidung (ab Größe 44), Schuhe, Selbstgemachtes, Schmuck und Accessoires. Ob alt, ausrangiert, geliebt, zu klein, zu groß – jede Klamotte findet ein neues Zuhause.

www.maedchenklamotte.de

27.05.
Samstag, ab 08.00 Uhr
Hallen- und Freibad
Wiembachtal

Start der Freibadsaison

Das Freibad Wiembachtal öffnet seine Pforten für alle Freibadgäste.

JUNI

11.06.
Sonntag, 09.00 Uhr

17. EVL- HalbMarathon 2017

Am Sonntag, 11.06.2017, pünktlich um 9:00 Uhr ist es wieder soweit: Der Startschuss für den 17. EVL-HalbMarathon in Leverkusen fällt.

Die Anmeldung und weitere Informationen finden Sie unter

www.leverkusen-halbmarathon.de

30.06. bis 02.07.
Freitag bis Sonntag
Ostermann-Arena

HappyBet European Darts Open

Die besten 16 Dartspieler der PDC Pro Tour Rangliste und 32 weitere Qualifikations-Teilnehmer spielen in Leverkusen das siebte von insgesamt elf Turnieren der PDC European Tour.

Tickets gibt es unter www.pdc-europe.tv/

JULI

14.07.
Freitag, 15.00 Uhr
Freizeitbad CaLevornia

School's-Out Beach Party

Die School's-Out Beach Party lädt alle Schülerinnen und Schüler ein, mit einem tollen Rahmenprogramm in die Sommerferien zu starten.



LEVERKUSEN - IM SOMMER 2017

25.07.
Dienstag, 14.00 Uhr
Hallen- und Freibad
Wiembachtal

Ferien-FUN

An diesem Tag sorgt das Animations-Team des Sportpark Leverkusen für Spiel und Spaß im kalten Nass. Groß und Klein sind herzlich willkommen.

AUGUST

12.08.
Samstag, 12.00 Uhr
Freizeitbad CaLevornia

CaLevorniade

Sportlich geht es zur Sache bei der CaLevorniade. CaLi-Queen und CaLi-King werden in einem abwechslungsreichen und lustigen Wettkampf ermittelt, bei dem der Spaß ganz weit vorne steht.

SEPTEMBER

03.09.
Sonntag, 10.00 Uhr
Hallen- und Freibad
Wiembachtal

Swim-Challenge

Die Swim-Challenge ist eine Ausdauer-Schwimmveranstaltung im Freibad Wiembachtal und richtet sich an schwimmaffine Personen, welche kein Interesse an gewöhnlichen Wettkämpfen gegen Konkurrenten haben.

www.swim-challenge.de

09.09.
Samstag, 14.00 Uhr
Leverkusen-Edelrath

Trends- Seifenkisten-Cup

Der Trends-Seifenkisten-Cup in Leverkusen-Edelrath ist mittlerweile ein Highlight im Leverkusener Veranstaltungskalender. Weit über Leverkusen hinaus bekannt und seit über 12 Jahren findet nun schon dieses Rennspektakel am Edelrather Berg statt.

17.09.
Sonntag, 11.00 Uhr
Hallen- und Freibad
Wiembachtal

LEVDog

An diesem Tag dürfen alle Vierbeiner die Vorzüge der Freibadanlage genießen und beenden die Freibad-Saison 2017.

24.11.
Freitag, 20.00 Uhr
(Einlass 19.00 Uhr)
Osternann-Arena

Dieter Nuhr: Nuhr hier, nur heute

Der Kartenverkauf hat bereits begonnen.

Tickets gibt es unter
www.eventim.de

Handball/Volleyball/ Basketball-Bundesliga

Alle Spieltermine
finden Sie unter
www.tsvbayer04.de



**Radio
Leverkusen**
107,6

**Wir machen
Sie fit für
den Tag.**

**Ihre Spitzenzeit:
von 6 bis 10 Uhr,
mit Carmen Schmalfeldt
und Thomas Wagner.**

**DER
BESTE
MIX**

www.radioleverkusen.de

Entsorgungsservice mit Erfahrung

Die RELOGA bietet maßgeschneiderte Lösungen rund um das Thema Abfallentsorgung. Die RELOGA hat auf jeden Fall den passenden Container.

RELOGA GmbH
- Betriebsstätte
Leverkusen -
Robert-Blum-Str. 8
51371 Leverkusen
Tel. 0800 600 2003

reloga
sicher·sauber·schnell

FASSBRAUSIG
LECKER

ERFRISCHEND

NICHT ZU SÜSS

VITAMINREICH

ISOTONISCH!

MLA
100%
HEIMAT

Früh Sport
FASSBRAUSE
ZITRONE

Colner Hofbräu Früh · 02 21-2 61 30 · www.frueh.de

UNSERE SERIE: PARK-SAUNA ENTDECKEN: AUF DEN SPUREN VON SEBASTIAN KNEIPP

Bei welchen Beschwerden kann das Gesundheitskonzept nach Kneipp konkret helfen?

- Magen-Darm-Beschwerden
- Erkältungskrankheiten
- Herz-Kreislauf-Beschwerden
- Venenbeschwerden, müde Beine
- Hämorrhoiden
- Unterleibsbeschwerden
- Nicht entzündliche Gelenkbeschwerden
- Kopfschmerzen
- Störungen der Hautfunktion
- Nervöse Beschwerden, Schlaflosigkeit

Die Kneipp-Therapie ist für alle Altersklassen geeignet. Bei akuten Entzündungen ist allerdings von den Wasseranwendungen abzuraten. Darüber hinaus ist zu beachten, dass Naturheilverfahren keine Schulmedizin ersetzen können.

Kneipp erfahren: Workshop in der Park-Sauna

Am Freitag, 19. Mai 2017, haben Sie von 16.00 bis 18.30 Uhr im Rahmen eines Workshops in der Park-Sauna die Gelegenheit, die Kneipp-Therapie theoretisch und praktisch im Detail kennenzulernen.

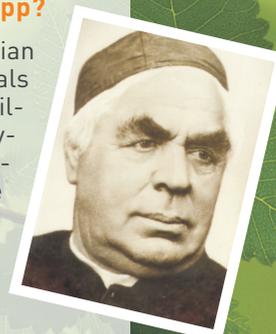
- 1 bis 1 ½ Stunden Theorie: Einführung in die Lehre von Kneipp
- 1 Stunde Praxis in der Kneipp-Einrichtung der Park-Sauna
- Trockenbürste für die Kneipp-Anwendungen
- Infomaterial
- Kleine Snacks und Getränke in Anlehnung an Kneipps Ernährungstherapie
- Optionale Nutzung der Park-Sauna gegen Entgelt

Die Veranstaltung kostet 15,00 Euro pro Person. Für die Teilnahme ist eine Voranmeldung erforderlich.

Ihre Ansprechpartnerin ist Lisa Adams:
lisa.adams@sportpark-lev.de oder telefonisch unter 0214-868-40-39.

Wofür steht eigentlich der Name Kneipp?

Das ganzheitliche Denken von Sebastian Kneipp (1821 - 1897) gilt noch heute als wegweisend für naturheilkundliche Heilmethoden und eine zeitgemäße Präventivmedizin. Als Kneipp 1849 an Tuberkulose erkrankte, badete er mehrfach einige Augenblicke in der eiskalten Donau und wurde angeblich dadurch wieder gesund. Im Laufe seines Lebens hat er das Wissen über die heilende Wirkung von Wasser und Heilpflanzen mit seinen eigenen Erkenntnissen zu einer systematischen Lehre aufgebaut. Der Pfarrer und Naturheilkundler schuf so ein visionäres Lebenskonzept, das den Menschen, seine Lebensgewohnheiten und seine natürliche Umwelt untrennbar als ausgewogene Einheit betrachtet. In diesem Zusammenhang benannte er fünf Säulen, deren Berücksichtigung im Alltag für ein gesundes Leben unabdingbar ist.



DAS SPORTPARK LEVERKUSEN QUIZ

Gewinnen Sie freien Eintritt in die Park-Sauna

Der Sportpark Leverkusen verlost 2x2 Eintrittskarten für die Park-Sauna.

Beantworten Sie einfach die folgende Frage: **Wie viele Säulen beinhaltet das Gesundheitskonzept nach Kneipp?**

- a) 3
- b) 5

TEILNAHMEBEDINGUNGEN:

Teilnehmen dürfen alle Personen über 18 Jahre mit Ausnahme der Mitarbeiter/innen des Sportpark Leverkusen und deren Angehörige. Senden Sie uns Ihre Antwort unter dem Stichwort „SPLNews Gewinnspiel“ bis zum 16. Juni 2017 per E-Mail an info@sportpark-lev.de oder per Post an Sportpark Leverkusen, Bismarckstr. 125, 51373 Leverkusen. Bitte teilen Sie uns auch Ihre Telefonnummer und/oder E-Mail-Adresse mit, damit wir Sie benachrichtigen können. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden von der Redaktion direkt benachrichtigt.



IMPRESSUM

HERAUSGEBER: Sportpark Leverkusen, Bismarckstraße 125, 51373 Leverkusen
Tel.: 0214 86840-0, www.sportpark-lev.de



REDAKTION: Georg Boßhammer, Dieter Scholz, Lisa Adams, Claudia Engel, Tiina Ripatti, Uwe Rosendahl

DRUCK: Heider Druck GmbH, Bergisch Gladbach

VERTEILUNG: Leverkusener Anzeiger und Kölner Stadt-Anzeiger + Rheinische Post in Leverkusen und angrenzenden Stadtteilen

GESTALTUNG & PRODUKTION:

CeWeBe AG, Marius Bauschen, Daniela Kühn, Tobias Schäfer (Layout)
Legienstraße 3a, 51373 Leverkusen
Tel.: 0214 4047979, www.cewebe.de



FOTOS: Sportpark Leverkusen, TSV Bayer 04 Leverkusen e.V., Hanne Engwald,

In Medienkooperation mit der Zeitungsgruppe Köln.

Gütesiegel für die Kneipp-Einrichtung

Die Park-Sauna des Freizeitbad CaLevornia hat vom Kneipp-Bund e.V. (Bundesverband für Gesundheitsförderung und Prävention) das Gütesiegel für ihre Kneipp-Einrichtung verliehen bekommen. Damit ist sie aktuell die einzige Sauna im gesamten Bundesgebiet, die gleichzeitig zertifizierte Kneipp-Einrichtung ist. Die Urkunde überreichte Ulrich Kalwei, Vorsitzender des Kneipp-Bund Landesverbandes NRW e.V., an den Leiter des Sportpark Leverkusen Georg Boßhammer.



Was beinhalten die fünf Säulen von Kneipp im Einzelnen?

Wasser:

Die sogenannte Hydrotherapie (Wasserheilkunde) bezeichnet Anwendungen mit warmen und kalten Wassergüssen. Diese haben eine positive Reaktion auf den Körper. Die Wasseranwendungen bilden bis heute die Grundlage der Kneipp-Therapie. Ihre einfache Handhabung macht sie zur bevorzugten Form häuslicher Eigenbehandlung.

Ernährung:

Das Blut wird gebildet aus den Nährstoffen, die wir über die Nahrungsaufnahme zu uns nehmen. Nur mit gesunden und kräftigen Nährstoffen kann der Stoffwechsel entlastet und entgiftet werden.

Bewegung:

Körperliche Bewegung ist wichtig für unser allgemeines Wohlbefinden. Gerade dann, wenn man nach Kneipp viel „geistige Arbeit“ leistet. Besonders die Bewegung an der frischen Luft dient als gesundheitsfördernd.

Heilpflanzen:

Die Heilpflanzen gleichen nach Kneipp einer Apotheke und dienen der Vorbeugung und Behandlung gesundheitlicher Störungen. Die Kräuter können zu Tinkturen, Tees, Pulvern oder Ölen verarbeitet und je nach Krankheitsbild ausgewählt werden.

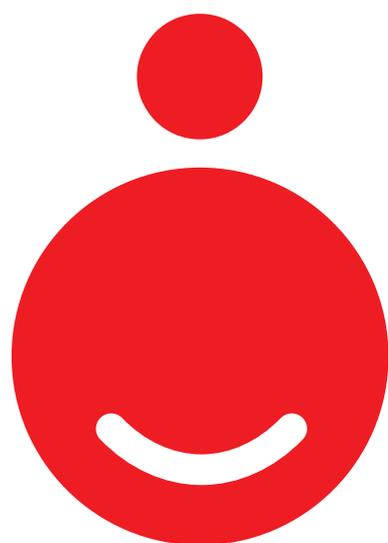
Ordnung:

Der Wechsel zwischen Aktivität und nachfolgender Ruhezeit ist ein Kennzeichen des Lebens, also ein wesentliches Lebensordnungsprinzip. Ordnungstherapie meint demnach, die Balance zu halten – auf allen Ebenen des Lebens.





Lächeln ist einfach.



sparkasse-lev.de

Wenn einem der
Finanzpartner spontan
mit einem Kredit helfen
kann.

Sparkassen-Privatkredit.

Ihren Vertrag schließen Sie mit S-Kreditpartner GmbH, einem spezialisierten Verbundpartner der Sparkassen-Finanzgruppe. S-Kreditpartner GmbH, Prinzregentenstraße 25, 10715 Berlin

Wenn's um Ihr Geld geht

 **Sparkasse
Leverkusen**



AQUA-VITAL: VON KLEIN AUF SICHER IM WASSER UNTERWEGS

Ob im Urlaub am Meer oder daheim im Freibad: Zum Sommer gehört eine Abkühlung im frischen Nass einfach dazu. Jedoch sollten Eltern die Schwimmfähigkeiten ihres Kindes nicht überschätzen, denn das kann schnell gefährlich werden.

Mit Erlangen des Schwimmabzeichens „Seepferdchen“ denken viele Eltern, dass ihr Kind schwimmen kann. Das Seepferdchen besagt aber nur, dass Kinder 25 Meter weit schwimmen können. Im offenen Meer oder an Seen kann das Kind schnell Probleme bekommen, da es oft an der nötigen Kraft und Ausdauer fehlt. Erst das Bronze-Abzeichen gilt als „sicheres Schwimmen“.

Eltern sollten deshalb ihr Kind nie unbeaufsichtigt im Wasser schwimmen oder spielen lassen. Sie haben die Aufsichtspflicht – auch im Urlaub. Eltern sollten privat immer wieder mit ihrem Kind trainieren. Nur durch regelmäßiges Training entsteht die notwendige Routine, um sich im Notfall über Wasser halten zu können.

Darüber hinaus bietet Aqua-Vital, die Schwimmschule des Sportpark Leverkusen, mit einem Team von über 20 Kursleitern an vier Standorten in Leverkusen Kurse für jedes Leistungsniveau an. Ob Kleinkind oder Jugendlicher – für jedes Alter gibt es etwas Passendes im Programm.

Das aktuelle Kursangebot finden Sie online unter www.aquavital-lev.de. Auf dieser Webseite können Sie auch die Kursbuchung vornehmen. Bei Fragen steht Ihnen das Team von Aqua-Vital telefonisch unter 0214-868 40 38 (montags bis freitags, 9 bis 12 Uhr) oder per E-Mail (aquavital@sportpark-lev.de) gern zur Verfügung.



Schon gewusst?

Schwimmen zählt zu den gesündesten Sportarten. Es stärkt das Herz-Kreislauf-System und ist ein gutes Training für die Atemmuskulatur. Zudem hat es einen positiven Effekt auf die gesamte Muskulatur des Körpers. Besonders Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich können durch die Bewegungen der Arme sanft gelöst werden. Auch für Menschen, die unter Arthrose leiden und wegen des Belastungsschmerzes keinen Sport mehr betreiben können oder wollen, ist Schwimmen perfekt: Die Muskulatur wird gekräftigt, ohne dass dabei die Gelenke belastet werden. Durch regelmäßiges Schwimmen wird darüber hinaus der Cholesterinspiegel gesenkt und das Risiko für Diabetes verringert. Nicht zuletzt hat die entspannende Wirkung des Wassers einen positiven Einfluss auf die Psyche.

Schwimmschule
in 4 Bädern in Leverkusen



**Schwimmkurse für
Kinder & Erwachsene**

Kurstermine und Buchung
unter www.aquavital-lev.de



BEGINN DER BADESAISON IN LEVERKUSENER FREIBÄDERN



URLAUBSFEELING IN DER HEIMAT

Die vielen sonnigen Tage im Frühling machten bereits Lust auf Sommer und ausgelassenen Badespaß. Am Samstag, 13. Mai 2017, hat das Warten endlich ein Ende: Im Freizeitbad CaLevornia beginnt die Freibadsaison. Ab dem 27. Mai kann dann auch wieder der Außenbereich des Hallen- und Freibades Wiembachtal genutzt werden. Das besondere Highlight in diesem Jahr: Allen Gästen steht im Bereich des Kiosk in beiden Bädern kostenfreies WLAN zur Verfügung. Darüber hinaus versprechen mehrere Veranstaltungen in den Bädern einen abwechslungsreichen Sommer.

Freizeitbad CaLevornia

Auf über 20.000 Quadratmetern Parklandschaft mit altem Baumbestand finden alle Besucher einen Ort zum Entspannen. Der weitläufige Außenbereich umfasst sowohl Sonnenterrassen als auch zahlreiche Liegewiesen, die zum Verweilen einladen. Für Abkühlung sorgt das große Außenbecken mit Attraktionen wie einem Strömungskanal und Schwallduschen. Wem die Wassertemperatur von 24 Grad zu kalt ist, der kann auf weitere Becken mit 30 und 32,5 Grad ausweichen oder jederzeit in den Innenbereich des Bades wechseln.

Für die sportbegeisterten Schwimmbadbesucher steht eine der größten Beachanlagen des Rheinlands mit je zwei Beachsoccer- und Volleyballfeldern zur Verfügung. Auch die jüngsten Gäste kommen auf ihre Kosten: Das Kleinkindbecken mit Piratenschiff lädt zum Planschen ein und auf dem Matsch-Spielplatz kann unbeschwert getobt werden. Wenn der Hunger sich an einem langen Badetag meldet, bietet der Freibad-Kiosk ein ausgewogenes Angebot an Snacks und Getränken. Highlight für alle Nutzer moderner Technik: Kostenfreies WLAN ist im gesamten Kiosk-Bereich verfügbar, sodass E-Mails geschrieben und Nachrichten verfolgt werden können. Der Beginn der Sommerferien ist Anlass für die beliebte „School's-Out Beach Party“ im Freizeitbad CaLevornia am **14. Juli**.

Schüler können den Alltag hinter sich lassen und die freie Zeit zum Baden und Feiern nutzen. Spaß garantiert auch ein weiteres Event: Bei der „CaLevorniade“ am **12. August** werden in diversen Disziplinen der CaLi-King und die CaLi-Queen ermittelt.

Hallen- und Freibad Wiembachtal

Ab dem **27. Mai** ist auch der abwechslungsreiche und großräumige Außenbereich des mitten im Naturschutzgebiet gelegenen Hallen- und Freibades Wiembachtal wieder Treffpunkt für Schwimmer und Sonnenanbeter. Dank schattenspendendem Baumbestand und parkähnlicher Atmosphäre lässt es sich herrlich entspannen. Ein 800 Quadratmeter großes Nichtschwimmerbecken und ein 900 Quadratmeter großes Schwimmerbecken bieten Raum für zahllose Wasseraktivitäten. Der aufwendig restaurierte Sprungturm ist ebenfalls Teil des umfangreich sanierten Außenbereiches. Ein Bolzplatz sowie drei Tischtennisplatten runden das Sportangebot ab. Ideal für Familien mit Kindern: Die jüngsten Schwimmbadbesucher können sich im Kleinkindbecken oder auf dem Wasser-Matsch-Spielplatz vergnügen.

Spiel und Spaß im kühlen Nass sind garantiert, wenn am **25. Juli** die Veranstaltung „Ferien-FUN“ im Freibad Wiembachtal stattfindet.

Weitere Informationen finden Sie online unter www.sportpark-lev.de.

