



**FIT**

**in den Herbst**

**TERMINE IM OKTOBER**

**10**

- 04.10. Kerzenschein-Sauna\***  
Ein entspannter Abend mit stimmungsvoller Atmosphäre und besonderen Aufgüssen bis 22:30 Uhr.
- 17.10. Kerzenschein-Sauna\***  
weitere Infos: siehe 04.10.
- 24.10. Kerzenschein-Sauna\***  
weitere Infos: siehe 04.10.

\* zzgl. Veranstaltungszuschlag in Höhe von 2,- €

**13.10. KINDER ACTION-DAY**

Tolle Musik, Spiele, Wettkämpfe und ein DJ sorgen für Super-Stimmung im Wasser und auf dem Land!

14:00 bis 16:30 Uhr

Es gelten die regulären Eintrittspreise.



**ERLEBNISBAD - „BADE“ZEITEN**

Montag – Freitag 10:00 – 19:30 Uhr  
Sa., So. und Feiertag 10:00 – 19:30 Uhr

Ab 26.10. Nebensaison:

- Montag – Freitag 14:00 – 19:30 Uhr
- Sa., So., Feiertag 12:00 – 18:00 Uhr

**SAUNA - „SAUNA“ZEITEN**

Montag – Freitag 10:00 – 21:00 Uhr  
Sa., So. und Feiertag 10:00 – 19:30 Uhr  
Jeden Dienstag Damensauna 17:00 – 21:00 Uhr

Ab 26.10. Nebensaison:

- Mo., Mi., Do. und Fr. 14:00 – 21:00 Uhr
- Di. 12:00 – 17:00 Uhr (gemischt);  
17:00 – 21:00 Uhr (Damsauna)
- Sa., So., Feiertag 12:00 – 19:30 Uhr

**WELLNESS & FITNESS**

Montag – Freitag 08:00 – 20:30 Uhr  
Sa., So. und Feiertag 10:00 – 19:00 Uhr

**KONTAKT**

- A** Goethestraße 27, 26757 Borkum
- ☎** 049 22 933 - 600
- ✉** gezeitenland@borkum.de
- 🏠** www.gezeitenland.de



**Abwechslungsreiche Fitness-Kurse im Gezeitenland!**

Bleiben Sie auch während Ihres Urlaubs fit und schnuppern Sie in ein Kursprogramm hinein! Egal ob Cardio-Step, Spinning, BauchBeinePo, Yoga, Pilates, Zumba, diverse Aquakurse uvm. In der Gruppe macht es mehr Spaß!  
Anmeldung erforderlich unter 04922 933 - 650. Für die Teilnahme ist keine Mitgliedschaft erforderlich. Kosten: ab 8,- €.

**Fit durch Herbst und Winter  
Gezeitenland-Mitglied werden und Vorteile nutzen!**

Eine Mitgliedschaft im Gezeitenland beinhaltet die kostenlose Nutzung von:

- Erlebnisbad
- Sauna
- Fitness-Gerätebereich
- Wasser- und Land-Fitnesskurse

- 1-Jahres-Mitgliedschaft 67,- €/Monat**
- 3-Monats-Mitgliedschaft 91,- €/Monat**

Außerdem erhalten Mitglieder in festgelegten Zeiten der Nebensaison ein vergünstigtes Massage-Angebot!