

CABRIO Live

DAS KOSTENLOSE FAMILIENMAGAZIN
DES CABRIO LIPPSTADT



Arbeitsbereiche im CabrioLi
Die Gastronomie

Mit Spaß abtauchen
Der TSV Octopus Lippstadt

Kontrolliert Energie sparen
Energiemanagement im CabrioLi



**„Wer ins kalte* Wasser springt,
taucht in ein Meer voller Möglichkeiten.“**

***Übrigens: Unsere Wassertemperaturen liegen zwischen 26 und 32°C!**

Finnisches Sprichwort



Inhaltsverzeichnis

Inhaltsverzeichnis S. 3

Grußwort S. 4

Der neue Wasserspielplatz S. 5

Arbeitsbereiche im CabrioLi S. 6-8
Die Gastronomie

Terminkalender S. 9

Familie AnderLippe stellt sich vor S. 10-11

Kontrolliert Energie sparen S. 12-13
Energiemanagement im CabrioLi

Impressionen rund ums Bad S. 14-15

Ausbildung im CabrioLi S. 16-17

Einmal Meerjungfrau sein... S. 18-20

Mit Spaß abtauchen: S. 21-23
TSV Octopus Lippstadt

Kids Club S. 24

Ausmalbild S. 25

Rätsel S. 26

Vorschau, Kontakt, Impressum S. 27

Willkommen!



Liebe Gäste,

über 220.000 Besucher kommen jedes Jahr ins **CabrioLi**. Viele halten uns bereits seit mehr als drei Jahren die Treue und kommen fast jeden Tag schwimmen. Darüber freuen wir uns sehr. Für uns ein Zeichen, dass die Menschen in und um Lippstadt herum das **CabrioLi** schätzen. Hinter diesem Erfolg steht ein motiviertes Team, das stets an der Umsetzung neuer Ideen arbeitet.

Den Wunsch vieler Gäste nach einer Vergrößerung des Kleinkinderbereichs setzen wir dieses Jahr mit dem Bau eines Wasserspielplatzes um. Diese stetige Weiterentwicklung sowie allgemeine Kostensteigerungen machen leider auch vor uns nicht halt. Deshalb mussten wir erstmals nach dreieinhalb Jahren die Eintrittspreise anpassen.

Auch in den nächsten Jahren wollen wir ein Bad sein, das mit einer ausgezeichneten Wasserqualität punktet und sicheren Badespaß gewährleistet. Als Highlights haben sich unsere beliebten Events, wie z.B. Pretty Woman, das Volksbank-Familienfest, unser Hundeschwimmen und die

Kids Club-Treffen etabliert. Sie sollen auch in Zukunft ein fester Bestandteil im Terminkalender des **CabrioLi** bleiben.

Nicht zuletzt im CabrioLive Magazin, dessen 3. Ausgabe Sie in den Händen halten, finden Sie Interessantes und Wissenswertes rund um Ihr Kombibad.

Bei der Lektüre wünsche ich Ihnen nun viel Spaß!

Ihr **Siegfried Müller**
Geschäftsführer
Stadtwerke Lippstadt



Der neue Wasserspielplatz im CabrioLi:

Mit Dumping Pelican und Emmi planschen...



Neues Jahr, neue Attraktion: Besonders die kleinen CabrioLi-Gäste können sich auf einen Spielplatz freuen, der nahezu einzigartig in der Region sein wird. Im Wasser planschen war gestern, heute wird auf speziellen Wasserspielplätzen gespielt. In diesen sogenannten SprayParks können Kinder nach Herzenslust toben und mit Wasser experimentieren – und zwar ganz ohne Schwimmbecken.

Im CabrioLi wird eine rund 200 Quadratmeter große Anlage zwischen Außenbecken und Hallenbadgebäude – in direkter Nähe zum Kinderspielplatz - entstehen. Auf diesem außergewöhnlichen Wasserspielplatz werden auf einer ebenerdigen Fläche verschiedene Spritz- und Sprühdüsen sowie fest installierte Spielgeräte angebracht. Die Attraktionen tragen Namen wie Super Splash, Dumping

Pelican oder Seaweed und sollen vor allem Kindern zwischen zwei und zehn Jahren Spaß bereiten. Auch unsere Kids-Club-Emmi wird dort zu finden sein. Der Wasserfilm, der beim Spielen entsteht, wird immer nur wenige Millimeter betragen. So können Kinder ganz gefahrlos das nasse Element genießen. Für ausreichend Schatten wird zudem ein großes Sonnensegel sorgen.





Jeder kennt sicherlich dieses Phänomen: Kaum hat man im Schwimmbad seine Bahnen gezogen, schlägt er zu: der Heißhunger. Wie gut, wenn sich dann – wie im **CabrioLi** – eine Gastronomie vor Ort befindet.

Egal, ob Frühstück, verschiedene Burger mit Pommes, Brat- und Currywurst, Chickennuggets, Schnitzel, Salate, Eis, Milchshakes, Softdrinks oder heiße Getränke, in unserer Gastronomie wird wohl jeder fündig.

Tägliche Vorbereitungen in der Gastronomie

Der Arbeitstag beginnt mit der Vorbereitung der frischen Zutaten, z.B. werden der Salat geschnitten, Schnitzel paniert oder hausgemachte Eigenkreationen, wie unsere Currysauce und das Essig-Öl-Dressing à la Sara, zubereitet. Bei besonderen Events, zum Beispiel unserem Frauenabend „Pretty Woman“, zaubert das Gastro-Team auch leckere Büffets.

Selbstverständlich gehören noch andere Aufgaben zum alltäglichen Ablauf: An erster Stelle steht die tägliche Reinigung und Desinfektion des Küchenbereiches. Ansonsten muss der Warenbestand kontrolliert, Fehlendes bestellt und neue Ware in die Kühl- und Lagerräume eingeräumt werden. Auch die regelmäßige Kontrolle der Lebensmittel und der Kühltemperaturen steht jeden Tag auf dem Plan.

Aushilfen unterstützen das Team

Am Wochenende und vor allem in den Ferien brummt es

im Bad und in der Gastronomie. Viele Familien nutzen die gemeinsame freie Zeit für einen Besuch bei uns und verbinden diesen auch mit einem Essen. Zur Unterstützung helfen dann viele Aushilfen, meistens Schüler oder Studenten.

Kindergeburtstag im CabrioLi

Sehr beliebt sind die Geburtstagsfeiern im **CabrioLi**. Die Geburtstagskinder können ihren Ehrentag mit Freunden bei uns verbringen – nach Wahl mit Animation und gemeinsamem Essen. Dabei können die Kinder aus drei Menüs auswählen und dann an einem gedeckten Geburtstagstisch Platz nehmen. Wer eine Torte möchte, kann diese ebenfalls für diesen besonderen Tag bestellen. Oftmals ertönt während des Essens ein fröhlich gesungenes „Happy Birthday“.

Das Geheimrezept bleibt geheim!

Frische Waffeln, Kuchen und in der Weihnachtszeit frisch gebackene Plätzchen gehören zum Angebot. Die Kekse, die mit jedem Heißgetränk serviert werden, sind ebenfalls von unserem Küchenteam selbst gebacken. Diese Plätzchen erfreuen sich besonders großer Beliebtheit. Oft fragen Gäste nach dem Rezept, doch da bleiben die Gastro-Damen hart. Das Geheimrezept wird nicht verraten.

Ein gut eingespieltes Team

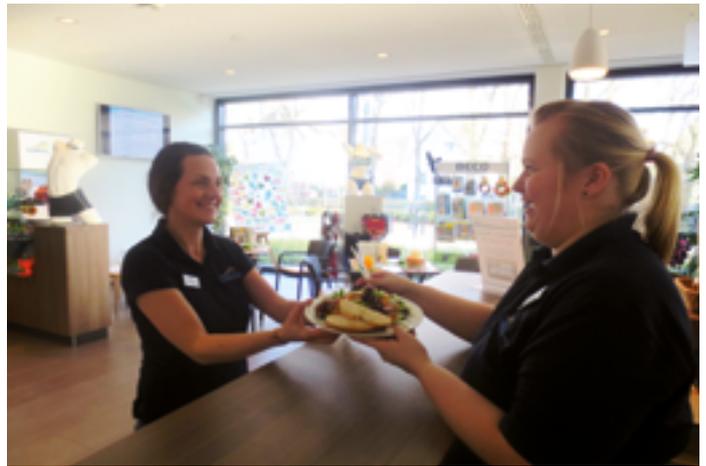
Das Team in unserer Küche ist gut eingespielt und macht fast jeden Wunsch möglich, und sei es nur die individuelle

Farbschichtung des Slush Eises. Das Slush Eis ist ein buntes Wassereis in verschiedenen Geschmacksrichtungen, das für viele Kinder einfach zum **CabrioLi**-Besuch dazugehört. Selbstverständlich können alle Speisen auch in unserem Foyer gegessen werden. Deshalb arbeitet die Gastronomie Hand in Hand mit dem Kassenteam. Hier wird sich gegenseitig geholfen, z.B. beim Eisverkauf oder der Aufnahme von Bestellungen.

Zwei Sachen sieht unser freundliches Gastro-Team allerdings nicht so gerne: selbst mitgebrachte Speisen sowie Tische und Stühle, die mit Schwimmtaschen oder Handtüchern blockiert werden.

„Selbst mitgebrachtes Essen oder auch Getränke in Glasflaschen sind bei uns aus hygienischen und sicherheitstechnischen Gründen nicht erlaubt“, so Badleiter Stefan Schneider. „Die Tische und Stühle in der Gastronomie sind den Gästen vorbehalten, die dort gekauft Essen verzehren möchten. Handtücher und Taschen können gerne in den Ablagefächern verstaut werden.“

Bei Fragen helfen alle Küchen-Mitarbeiter aber generell gerne weiter. Egal, ob diese sich auf das Essen oder andere Belange beziehen. So kommt es auch schon mal vor, dass die Beratung und der Verkauf von Badeanzügen oder Schwimmbrillen am Tresen in der Gastronomie stattfinden.



Schon gewusst?!?

Der Heißhunger nach dem Schwimmen resultiert aus folgenden Faktoren: Wärmeverlustausgleich, Energiebedarf und dem Hormonhaushalt, der aus dem Gleichgewicht gerät.

Nachzulesen bei Google unter dem Suchbegriff: „Warum hat man nach dem Schwimmen Hunger?“



Getränke **Brechtken**

Wir haben etwas gegen Durst!

Soest · Telefon 02921/9660-0

info@getraenke-brechtken.de

www.getraenke-brechtken.de

Terminkalender 2017

28. Januar 2017

Sparkassen-Aquakino „Die Eiskönigin“, ab 17 Uhr

Kartenreservierungen sind nicht möglich. Es gelten die normalen Eintrittspreise

25. Februar 2017

Sparkassen-Aquakino „Findet Dorie“, ab 17 Uhr

Kartenreservierungen sind nicht möglich. Es gelten die normalen Eintrittspreise



3. März 2017

„Pretty Woman“

Unser beliebter Abend nur für Frauen von 18.00 – 22.00 Uhr. Massagen, Kosmetik, Saunaaufgüsse und mehr zum Relaxen. **Der öffentliche Badebetrieb endet um 17.00 Uhr!**

4. März 2017

DLRG-Wettkampf

Der öffentliche Badebetrieb endet um 12.00 Uhr!



25. März 2017

Sparkassen-Aquakino „Pets“, ab 17 Uhr

Kartenreservierungen sind nicht möglich. Es gelten die normalen Eintrittspreise

29. April 2017

„Swim & Run“

Eine Kooperation mit der Triathlon-Abteilung vom LTV. 500 Meter schwimmen und 5 Kilometer laufen.

13. + 14. Mai 2017

24-Stunden-Schwimmen

16. Juli 2017

Volksbank Familienfest

von 12.00 bis 18.00 Uhr. Spaß für die ganze Familie!

11. August 2017

„Kids Club Party“



24. September 2017

„Jakob-Koenen-Gedächtnisschwimmen“

Wettkampf des LS Teutonia 08. An diesem Tag bleibt unser Bad für die Öffentlichkeit geschlossen!

22. Oktober 2017

Hundeschwimmen

Spaß für Vierbeiner in unserem Außenbecken... und vieles mehr!



Ab 1. Dezember 2017

Weihnachts-Trödel im Foyer

Der Erlös wird gespendet!

Jeden Samstag

Großer Spielenachmittag

von 14.00 bis 17.00 Uhr mit allerlei Spielgeräten zum Toben. Unter Vorbehalt. Änderungen aus betrieblichen Gründen möglich.

Weitere Aktionen

Weitere Aktivitäten wie Schnupper-Aquakurse, Meerjungfrauen-Schwimmen, Saunaaufgüsse und mehr werden gesondert angekündigt. Bitte beachten Sie entsprechende Hinweise auf unserer Homepage, bei Facebook oder an der Kasse!

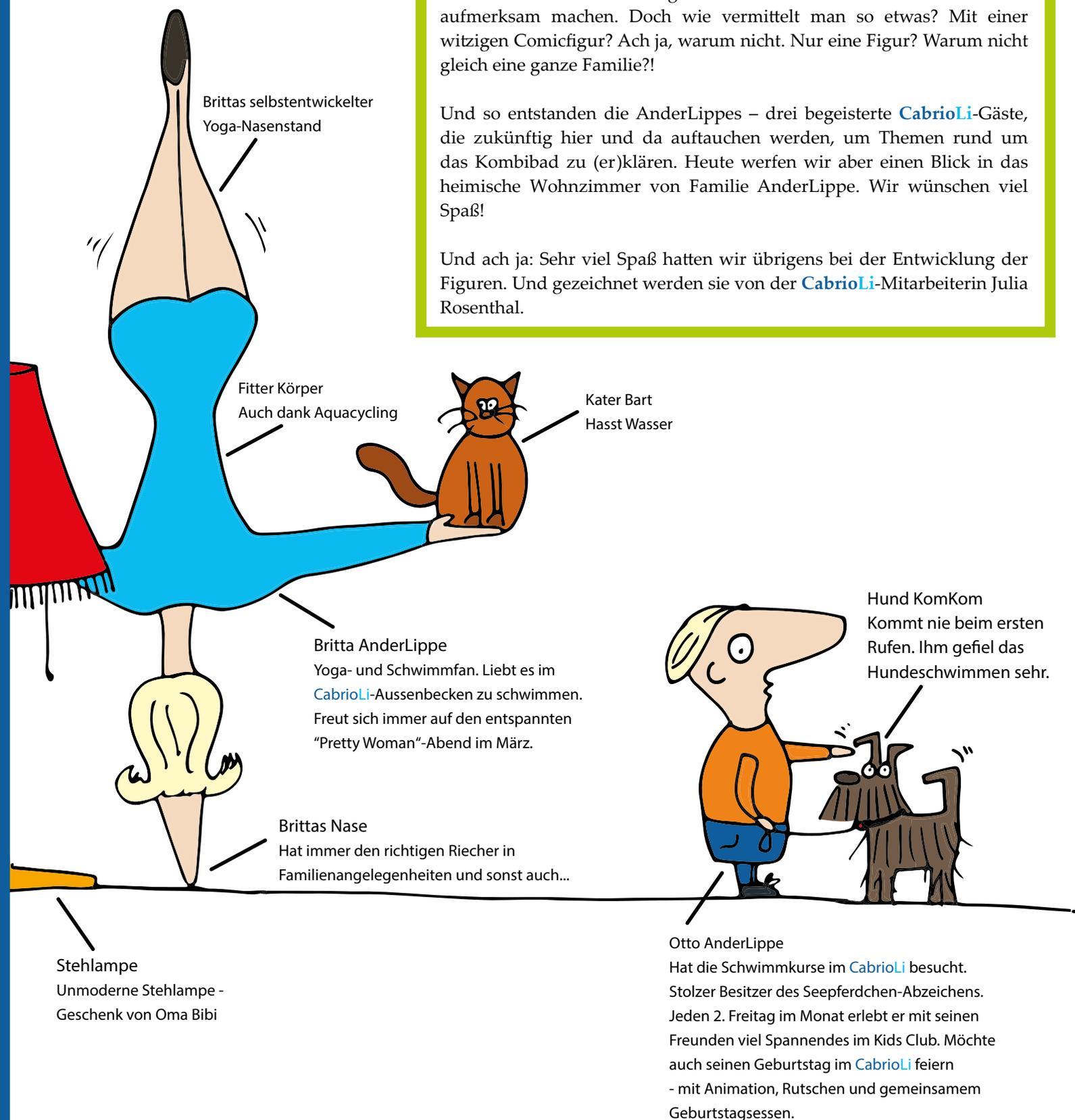
Familie AnderLippe: Unsere CabrioLi-Familie

Dürfen wir vorstellen: Carl, Britta und Otto AnderLippe. Eine Lippstädter Familie, die unserer Fantasie entsprungen ist und mit der wir (noch mehr) Spaß in den Schwimmbadalltag bringen wollen.

Angefangen hat alles mit der Idee für einen „Duschaufkleber“. Damit wollen wir auf die Wichtigkeit des Duschens vor dem Schwimmen aufmerksam machen. Doch wie vermittelt man so etwas? Mit einer witzigen Comicfigur? Ach ja, warum nicht. Nur eine Figur? Warum nicht gleich eine ganze Familie?!

Und so entstanden die AnderLippes – drei begeisterte CabrioLi-Gäste, die zukünftig hier und da auftauchen werden, um Themen rund um das Kombibad zu (er)klären. Heute werfen wir aber einen Blick in das heimische Wohnzimmer von Familie AnderLippe. Wir wünschen viel Spaß!

Und ach ja: Sehr viel Spaß hatten wir übrigens bei der Entwicklung der Figuren. Und gezeichnet werden sie von der CabrioLi-Mitarbeiterin Julia Rosenthal.



Brittas selbstentwickelter
Yoga-Nasenstand

Fitter Körper
Auch dank Aquacycling

Kater Bart
Hasst Wasser

Britta AnderLippe
Yoga- und Schwimmfan. Liebt es im
CabrioLi-Aussenbecken zu schwimmen.
Freut sich immer auf den entspannten
"Pretty Woman"-Abend im März.

Brittas Nase
Hat immer den richtigen Riecher in
Familienangelegenheiten und sonst auch...

Stehlampe
Unmoderne Stehlampe -
Geschenk von Oma Bibi

Hund KomKom
Kommt nie beim ersten
Rufen. Ihm gefiel das
Hundeschwimmen sehr.

Otto AnderLippe
Hat die Schwimmkurse im CabrioLi besucht.
Stolzer Besitzer des Seepferdchen-Abzeichens.
Jeden 2. Freitag im Monat erlebt er mit seinen
Freunden viel Spannendes im Kids Club. Möchte
auch seinen Geburtstag im CabrioLi feiern
- mit Animation, Rutschen und gemeinsamem
Geburtstagsessen.

Ich war duschen!
Und ihr?



JuRo 2016

Duschen hält das Beckenwasser sauber!

Die AnderLippes halbnackt
Voller Körpereinsatz, um auf die
Wichtigkeit des Duschens vor dem
Schwimmen aufmerksam zu machen.

Oma Bibi
Weihnachten 2013.
Begeisterte Frühschwimmerin



Bauch
Aktueller Mageninhalt: Ein
Salat mit Putenbruststreifen
aus der CabrioLi-Gastronomie

Der lustige Onkel Ernst
Hat die längste Nase in der Familie

Kleine Blume
Gehört Britta



Kakteen
Carls Lieblingspflanzen.

Carl AnderLippe
Entspannt gerne in der Textilsauna und im
Erlebnisbecken. Macht nur Lachyoga - besonders,
wenn er den Nasenstand seiner Frau sieht.

JuRo 2016

Wie viele andere Unternehmen nutzt auch das CabrioLi ein systematisches Energiemanagement. Gerade in einem Schwimmbad ist ein solches Management extrem wichtig, da das Betreiben sehr energieintensiv ist.

Energieeffizienz verbessern

Durch ein Energiemanagement werden gezielt organisatorische und technische Abläufe sowie Verhaltensweisen optimiert, um die Energieeffizienz im Unternehmen zu verbessern. Betriebskosten können dadurch gesenkt und die Wettbewerbsfähigkeit gesteigert werden. Des Weiteren werden Ressourcen geschont und die Umwelt weniger belastet.

Im Cabrio Lippstadt Kombibad bilden Strom-, Gas- und Wasserverbräuche 20% der Betriebskosten. Der Großteil (ca. 47%) wird für den Strom der Lüftungsanlagen und die Wasser- und Haustechnik verbraucht. Diese Anlagen sind besonders wichtig, um hygienisch einwandfreie und komfortable Bedingungen im Bad herzustellen. Dies ist auch der Grund, warum die Lüftungs-, wie auch die Wasser-

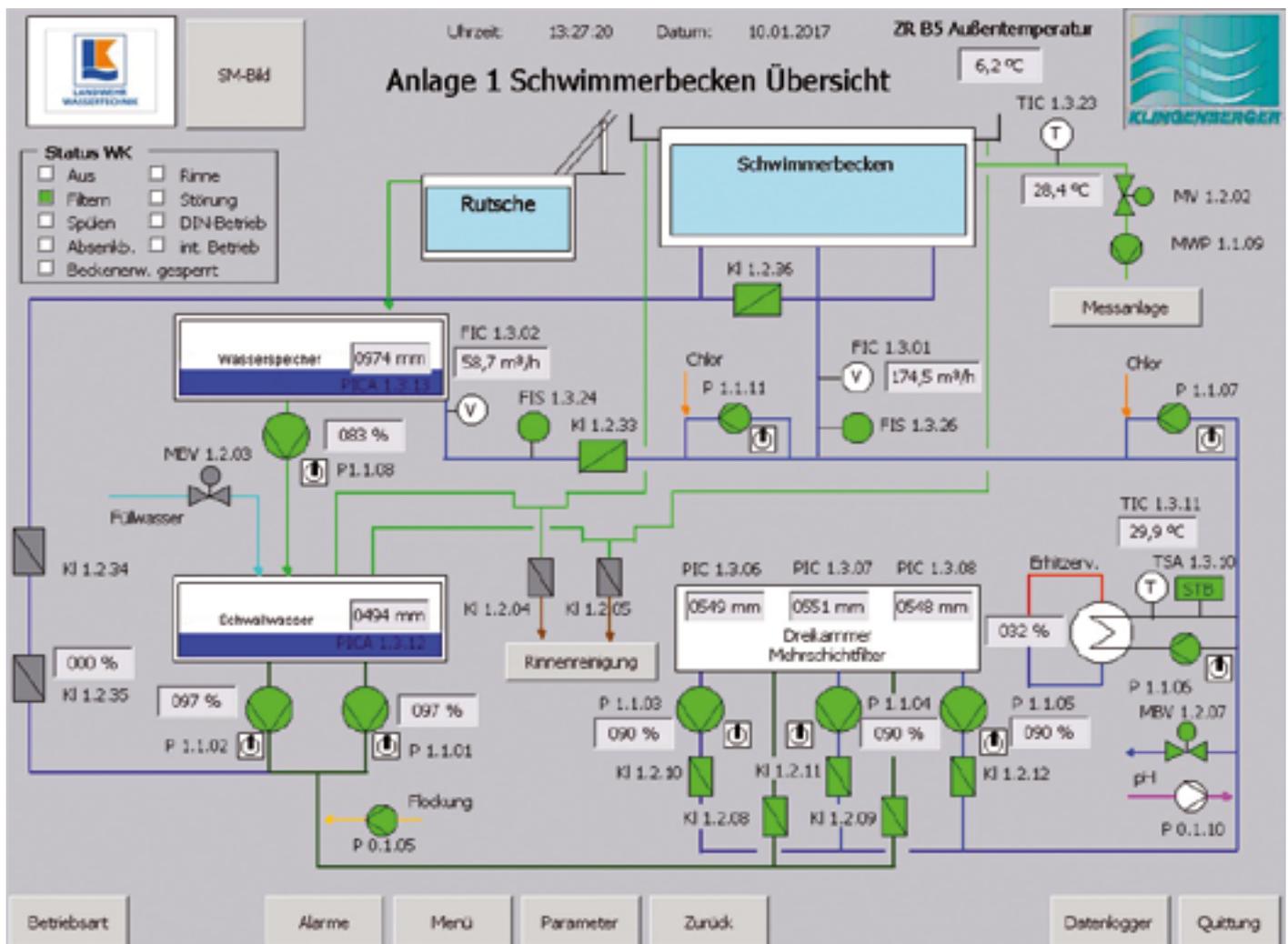
technik 24 Stunden, 365 Tage im Jahr in Betrieb ist.

Die verbleibenden Kosten verteilen sich auf Wärme (30%) und Wasser/Abwasser (23%).

Vergleich zu einem Einfamilienhaus

Im Vergleich zu einem Einfamilienhaus haben wir den 70-fachen Verbrauch an Wärme und 164-fachen Verbrauch an Strom pro Jahr. Ein durchschnittliches Einfamilienhaus mit 4 Personen verbraucht ca. 25.000 kWh Wärme und 5.200 kWh Strom pro Jahr.

Um einen Überblick der Verbräuche zu erhalten, werden die Strom-, Wärme- und Wasserverbräuche durch Zähler registriert und in einer sogenannten Gebäudeleittechnik gesammelt. Dadurch können technische Defekte gemeldet und gesammelte Daten ausgewertet und dokumentiert werden. Durch die Datenerfassung wird ein sicherer Badebetrieb gewährleistet und ein Energiecontrolling überhaupt erst möglich.





Energiecontrolling

Das Energiecontrolling soll mehrere Ziele erfüllen: Dazu gehören die Kostenkontrolle sowie die Optimierung der Betriebsabläufe / des Anlagenbetriebs und damit der effizientere Einsatz der Energie. Obwohl das **Cabrioli** auf einem sehr neuen Stand ist, bleiben wir stetig am Ball, um neue Optimierungspotenziale und Möglichkeiten zur Energieeinsparung zu finden.

Diese stehen allerdings immer unter der Bedingung, dass es keine Einschränkungen für die Hygiene oder den Nutzkomfort für die Badegäste gibt.

Beispielsweise konnten wir im Jahr 2016 die Lichtsteuerung optimieren sowie durch die Schlammwasseraufbereitung 5.730 Kubikmeter Frischwasser einsparen.

STADTWERKE
LIPPSTADT



„WOHER ICH MEINE ENERGIE HABE?
NATÜRLICH VON DEN STADTWERKEN!“

www.stadtwerke-lippstadt.de

IMPRESSIONEN



Wikingerschiff



Sportbecken



Kurzbahnmeisterschaft



Hundeschwimmen



Aufsicht im Freibad



Gastronomie



Außenbereich



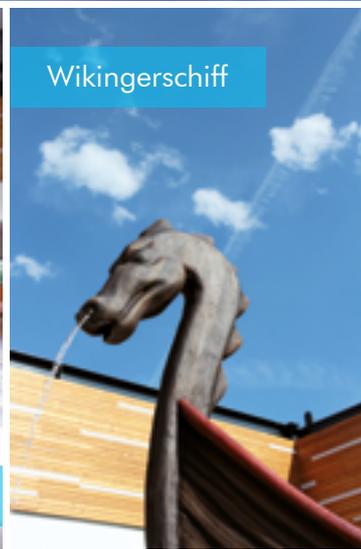
Aquatrack



Strömungskanal im Erlebnisbecken



Wickelraum



Wikingerschiff



Hundeschwimmen



Lehrschwimmbecken



Sparkassen-Aquakino



Spannende Ausbildung im **CabrioLi**: Fachangestellte/r für Bäderbetriebe

Im **CabrioLi** wird auch ausgebildet: Wer Fachangestellte/r für Bäderbetriebe (FAB) werden möchte, ist bei uns an der richtigen Adresse. Unsere Azubis Sebastian, Jannick und Aileen geben hier einen kleinen Einblick in die Aufgaben, die sie während der dreijährigen Ausbildung zu absolvieren haben und was sie besonders interessant und spannend finden.

Vielseitiger Beruf

Der Beruf des FAB ist sehr vielseitig. Die Hauptaufgabe ist jedoch die Aufsicht am Beckenrand. Ein FAB muss stets den Überblick über das Geschehen im Schwimmbad behalten. Falls Unfälle passieren, es zu einem Streit zwischen Badegästen kommt oder diese nicht die Hausregeln einhalten, ist die Tatkraft des FAB gefragt. Außerdem stehen sie als Ansprechpartner jederzeit für die Badegäste zur Verfügung.

Als FAB ist man aber auch Fitnesstrainer und Lehrer.

Egal, ob Aqua-Cycling, Aqua-Fitness oder Seepferdchen-training, die FAB geben in den verschiedenen Kursen ihr Wissen an die kleinen und großen Gäste weiter.

Aileen mag den Umgang mit den Badegästen sehr und freut sich auf jede Kurseinheit. Dabei spornt sie 45 Minuten lang die Teilnehmer an, verbreitet gute Laune und erklärt die richtigen Bewegungsabläufe.

Selbstverständlich muss sie besonders darauf achten, dass sie die Übungen sauber und korrekt vorführt und verständlich erklärt. Außerdem muss sie stets die Teilnehmer im Blick haben und diese an die richtige Atmung oder das richtige Trainingstempo erinnern.

Aqua-Fitness

Die Kurse finden in unserem Lehrschwimmbecken statt, dessen Wassertiefe dank eines Hubbodens variabel einstellbar ist. Beim Aqua-Cycling treten dort die Teilnehmer kräftig in die Pedale. Sie sitzen während der Kurseinheit auf Fahrrad-Ergometern, die speziell für den Einsatz im Wasser konzipiert sind. Bei der Aqua-Fitness kommen noch andere Hilfsmittel wie der Aqua-Fitness-Gürtel oder die Aqua-Discs zum Einsatz, die dafür sorgen, dass sich der Widerstand im Wasser erhöht und die Muskelspannung stärker wird. Die richtige, antreibende Musik darf natürlich auch nicht fehlen. Generell verbessern die Aqua-Kurse die allgemeine Fitness, die Ausdauerfähigkeit und steigern das Wohlbefinden.



Reinigung

Wenn die Badegäste abends das **Cabrioli** verlassen, steht die Reinigung auf dem Plan. Die Fachangestellten für Bäderbetriebe übernehmen dabei die Reinigung und Desinfektion des Hallen- und Schwimmbadbereiches, während das Reinigungsteam die anderen Bereiche säubert.

Außerdem ist der FAB für die Kontrolle der Badtechnik und der Wasserqualität verantwortlich. Azubi Jannick nimmt deshalb mehrfach täglich Wasserproben und kontrolliert die Abläufe der Technik im Keller. Dort wird beispielsweise regelmäßig das Filtermaterial gewechselt, dem Wasser Chlor und Flockungsmittel beigelegt und der pH-Wert des gereinigten Wassers kontrolliert.

Im Dezember 2016 wurde im **Cabrioli** eine intensive Grundwartung und –reinigung durchgeführt. Eine besondere Zeit, in der Azubi Sebastian bei vielen verschiedenen Aufgaben mitgeholfen hat: Nachdem aus allen Becken das Wasser abgelassen war, wurden die Becken und die Überlaufrinnen gereinigt und kleine Mängel behoben.

In der Technik wurden die Filter, Füllwasser- und Schwallwasserbecken, die Rohre und Pumpen gewartet. Schlammwasser wurde abgesaugt und entsorgt. Nach der Reinigung und Wartung wurden die Becken wieder befüllt, gechlort und beheizt.

Während Sebastian noch im ersten Jahr seiner Ausbildung ist, haben Aileen und Jannick im Januar 2017 ihre Abschlussprüfungen bestanden.

Ihr Fazit: Der Beruf des Fachangestellten für Bäderwesen ist sehr abwechslungsreich. Ein Aspekt, den Jannick besonders schätzt. Aileen hat während ihrer Ausbildung besonders der Umgang mit den Badegästen gefallen und Sebastian findet die Arbeit in der Technik sehr spannend.

Arbeiten, wenn andere frei haben!

Eines müssen alle bedenken, die sich für diesen Beruf interessieren. Wer Fachangestellte/r für Bäderbetriebe werden möchte, muss sich bewusst sein, dass an einem Ort gearbeitet wird, an dem andere ihre Freizeit verbringen, d.h. es wird auch gearbeitet, wenn andere frei haben, nämlich frühmorgens, spätabends und an Wochenenden und Feiertagen.

Als Voraussetzungen sollte man mitbringen: Freude am Schwimmen, ein Verständnis für Technik und Naturwissenschaften sowie Spaß beim Umgang mit Menschen.

Interesse? Bewerbungen nehmen wir gerne entgegen.





Einmal Meerjungfrau sein...

Wer möchte nicht so schwimmen wie Bella, Cleo oder Emma aus „H2O-Plötzlich Meerjungfrau“ oder der ZDF-Serie „Mako“. Viele träumen davon, sich geschickt und fast schwerelos unter Wasser zu bewegen. Dieser Traum kann seit einiger Zeit im **CabrioLi** wahr werden.

Meerjungfrauenkurse

Im Rahmen unserer Meerjungfrauenkurse bietet sich allen Mädchen und junggebliebenen Damen die Gelegenheit, unter professioneller Anleitung den Umgang mit der Meerjungfrauenflosse zu erlernen. „Mermaiding“ heißt der Trend aus Amerika, der vor ungefähr drei Jahren nach Deutschland kam und aus schwimmbegeisterten Mädchen Meerjungfrauen macht. Seit einiger Zeit schon ist das Mermaid-Fieber auch im **CabrioLi** ausgebrochen. Organisiert werden die Schnupperkurse durch Meerjungfrau Ines und ihre Meerjungfrauenschule „Sirenia“ aus Bielefeld, die sie seit dem Frühjahr 2014 mit viel Liebe auf ihre einzigartige charmante Weise leitet. Ines Jurkschat ist Tauchlehrerin, Mitglied in der deutschen Freitauchnationalmannschaft und mit Leidenschaft Meerjungfrau.



Wir haben unserer Meerjungfrau auf den Zahn gefühlt:

Ines, wie lange bist Du schon Meerjungfrau?

Im Herzen schon immer, da sich mein ganzes Leben am Wasser orientiert. Seit ca. 15 Jahren führen wir im Familienunternehmen eine Tauchschule in Bielefeld. Seit ca. 5 Jahren betreibe ich das Apnoetauchen im Wettkampf intensiv in der Nationalmannschaft und bin für diesen Sport mehrmals in der Woche mit der Monoflosse im Wasser.

Als Anfang 2013 eine Anfrage des Sealife-Centers in Oberhausen kam, ob wir jemanden wüssten, der lange die Luft anhalten kann und im 6m tiefen Haibecken vor Besuchern für eine Werbeveranstaltung vor dem Tunnel als Meerjungfrau tauchen würde, habe ich sofort zugesagt. Das war der Beginn der Arbeit im Meerjungfrauenkostüm.

Wie bist Du auf die Idee mit der Meerjungfrauenschule gekommen?

Nachdem das Video meines Tauchgangs im Sealife-Center im Netz auffindbar war, gab es immer mehr Anfragen von Kindern und Erwachsenen, die das Meerjungfrauenschwimmen auch gerne einmal ausprobieren wollten. Die Idee, es anderen nahezubringen stand so schon einige Zeit im Raum. Ich habe allerdings lange gezögert, da die Anschaffung der Flossen und Kostüme für so viele Schüler eine große Investition bedeutete – ein einzelnes schwimmfähiges Meerjungfrauenkostüm kostet ca. 150,- €.

Was ist eine Meerjungfrauenschule?

Einfach gesagt, ist es eine Schule, die alles bietet, um mit viel Spaß eine elegant schwimmende und lange tauchende Meerjungfrau auszubilden. Wir arbeiten mit jeder Altersgruppe ab 8 Jahren und bieten sowohl Schnupperkurse als auch lokal regelmäßiges Clubtraining mit der Monoflosse im Kostüm an.

Insgesamt haben wir 3 qualifizierte Trainerinnen, die mit den Schülern trainieren. 20 Leihkostüme sind dabei regelmäßig im Einsatz. Neben den Grundschwimmrichtungen (auf dem Bauch, auf der Seite, auf dem Rücken) und Meerjungfrauentricks wie Rollen, Drehungen usw., bringen wir den Schülern bei, den Druckausgleich rechtzeitig durchzuführen, damit die Ohren auch beim tieferen Abtauchen nicht schmerzen. Es werden für die Fortgeschrittenen auch Grundlagen der Atemtechnik geübt und das Ganze dann beim Streckentauchen mit der Monoflosse angewendet - einige unserer fortgeschrittenen Meerjungfrauen legen unter Wasser schon bis zu 40 m Strecke zurück. Viele Übungen werden synchron durchgeführt und in Formationen getaucht.

Hast Du noch einen anderen Beruf?

Ja! Ich bin eigentlich Diplom-Geologin und habe in meiner Doktorarbeit flachmarine Vulkane und die darauf gewachsenen Korallenriffe auf Sizilien untersucht. Da das Hobby „Tauchen“ in meiner Familie nach und nach immer größere Dimensionen angenommen hat, habe ich schließlich den Schritt gewagt und unsere Tauchschule in Vollzeit übernommen. Somit führe ich in der Woche unseren Tauchladen, verkaufe Ausrüstung und Tauchkurse, bilde aktiv Geräte- und Apnoetaucher sowie Tauchlehrer aus. Inzwischen sind zahlenmäßig allerdings die meisten meiner Schüler Meerjungfrauen.

Warst Du schon einmal mit der Meerjungfrauenflosse im Meer?

Ja - ein tolles Erlebnis. Wir haben die Meerjungfrauenflossen im Koffer mit in die Karibik genommen. Das Wasser auf Curacao ist kristallklar, warm und voller Fische. Das Anziehen der Flossen am Strand hat schon für einige Aufmerksamkeit gesorgt. Im Meer zwischen den Korallen und umgeben von Fischen zu schwimmen ist ein ganz besonderes Gefühl. Eines der Fotos, die dort entstanden sind, ist der Hintergrund des Aufstellers zum Meerjungfrauenschwimmen im [CabrioLi](#).



Kann jeder einmal Meerjungfrau sein? Welche Voraussetzungen müssen die Teilnehmer erfüllen?

Sie müssen sicher schwimmen können, d.h. mindestens Seepferdchen besitzen. Da die Beine beim Monoflossenschwimmen „zusammengebunden“ sind, ist ein normaler Schwimmstil nicht möglich. Jede Teilnehmerin sollte also den Armschwimmzug so gut beherrschen, dass sie sich nur mit den Armen über Wasser halten kann um zu atmen.

Außerdem sollten die Teilnehmerinnen sportgesund sein. Monoflossenschwimmen ist auch anstrengend, da Muskelgruppen benutzt werden, die sonst oft nicht so zum Einsatz kommen.

Natürlich kann man auch mit Handicap teilnehmen. Wir haben auch schon mehrere Teilnehmer mit Down-Syndrom in den Kursen gehabt. Eine Behinderung ist beim Meerjungfrauenschwimmen überhaupt kein Problem, wenn der Körper sportlich fit ist.



Wie alt sind Deine Meerjungfrauenschüler?

Wir starten mit 8 Jahren, da in diesem Alter die motorische Kontrolle der Flosse erfahrungsgemäß schon ganz gut möglich ist. Sind die Teilnehmer jünger, fehlt oft einfach die Kraft oder die Koordination und der Kurs wird zum Frusterlebnis, wenn die Schwimmbewegung nicht funktioniert. Meine älteste Meerjungfrau war übrigens 64 Jahre alt.

Warum wollen so viele Mädchen einmal Meerjungfrau sein?

Ich bin mir sicher: Die aktuellen Fernsehsendungen „H2O-Plötzlich Meerjungfrau“ oder der ZDF-Serie „Mako“ spielen dabei eine große Rolle. In meiner Generation war „Arielle“ das große Vorbild. Ich habe als Kind auch schon im Hallenbad gespielt, eine Meerjungfrau zu sein - nur leider gab es damals noch nicht so tolle Flossen und Kostüme. Letztendlich denke ich, dass sich um das Thema Meerjungfrau so viel Zaubhaftes und Mystisches rankt,

dass der Wunsch (ähnlich wie der einmal „Prinzessin“ zu sein) in jedem Mädchenherz irgendwo schlummert.

Gibt es auch Meermänner?

Die ältesten und mächtigsten Meerwesen waren Männer! Es gibt sie, aber sie sind selten. Jungen bis 12 Jahre sind in den Kursen auf Anfrage herzlich willkommen.

Ältere Jungen und Männer nehmen wir im Rahmen der Schnupperkurse nicht mit in die Kurse auf... hier bleibt das Meerjungfrauenschwimmen halt doch einfach Frauensache...

Was sind die Inhalte der Schnupperkurse?

Das Erlernen der Fertigkeiten zum Umgang mit der Meerjungfrauenflosse steht im Mittelpunkt. Die Teilnehmer erhalten einen Einblick in die Geschichte der Meerjungfrauen, den Umgang mit der Flosse sowie Anleitungen für die richtigen Schwimmbewegungen. Das Lehrschwimmbecken des **Cabrioli** bietet hierfür ideale Rahmenbedingungen zur Durchführung der Kurse. Angenehmes warmes Wasser und das besondere Ambiente sprechen für sich!

Was ist das Schönste am Meerjungfrauenschwimmen?

Meerjungfrauenschwimmen ist kein Wettkampfsport, sondern eher ein Lebensgefühl. Es gibt hier keinen Leistungsdruck. Es geht nicht um die Erfüllung einer Leistungsanforderung oder darum, wer die Übung „am schönsten“ ausführt. Der Spaß an der gemeinsamen Bewegung steht im Vordergrund und verbindet. Übungen werden gemeinsam erarbeitet und so wachsen die Teilnehmer zusammen. So manche „Meerjungfrauenfreundschaft“ hat sich auch schon außerhalb des Wassers fortgesetzt und ist mit gemeinsamen Verabredungen und Übernachtungspartys zusammengewachsen.

Was kostet ein Kurs und wie kann ich mich anmelden?

Die Teilnahmegebühr beträgt 49,- €. Der Schwimmbadtageseintritt ist im Kurspreis inbegriffen. Enthalten sind neben den bereits beschriebenen Kursinhalten die Betreuung ohne Anwesenheitspflicht der Eltern und das leihweise für den Zeitraum des Workshops zur Verfügung gestellte Meerjungfrauenkostüm einschließlich Flosse. Teilnehmer erhalten nach Abschluss des Kurses ein „Meerjungfrauenzertifikat“. Eine Anmeldung zum Kurs ist unbedingt erforderlich – die Plätze sind auf 15 Teilnehmer pro Kurs begrenzt! Die Anmeldung ist ausschließlich online unter www.tauch-sport-shop.net möglich.

Weitere Informationen unter:

info@meerjungfrauenschule.de oder auf www.meerjungfrauenschule.de sowie telefonisch unter 05205 - 91 55 381 oder 0172 - 54 37 528.





TSV Octopus Lippstadt von 1988 e.V. Tauchsportverein

Mitte der 1980er Jahre schlossen sich 10 Taucher aus Lippstadt und Umgebung zusammen, um einen Tauchverein zu gründen.

Im Jahre 1988 schlossen sich diese dann dem Verband Deutscher Sporttaucher an. Gleichzeitig erfolgte die Eintragung in das Vereinsregister. Mittlerweile hat der Verein ca. 100 Mitglieder, darunter sind drei Tauchlehrer und ein Übungsleiter.



Tauchen

Der TSV Octopus taucht in den Gewässern der Umgebung, z.B. im Albers- oder Möhnesee oder auch in der Lippe.

Außerdem finden regelmäßige Fahrten zu den klaren Seen im thüringischen Nordhausen und zum Grevelinger Meer in Holland statt. Die Mitglieder erkunden zudem Tauchziele in der gesamten Welt.

Vor allem das Korallenmeer des Roten Meeres in Ägypten ist ein beliebtes Reiseziel.





Training

Seit Gründung des Vereins wird in Lippstadt trainiert. Zunächst im Jakob-Koenen-Bad, seit Mai 2013 im Cabrio Lippstadt.

Dort hat der TSV im Sportbecken jeweils freitags in der Zeit zwischen 18.30 Uhr und 20.00 Uhr zwei Bahnen zur Verfügung. Bei Bedarf werden aber auch das Lehrschwimmbecken und das Außenbecken genutzt, insbesondere wenn für Übungen größere Wassertiefen benötigt werden.

Aus- und Fortbildung

Einmal jährlich wird ein Anfängerkurs angeboten. Den Teilnehmern wird eine fundierte theoretische und praktische Ausbildung nach den Regeln des VDST (Verband Deutscher Sporttaucher) geboten.

Die praktische Ausbildung erfolgt zunächst im Cabrio Lippstadt, später auch im Freigewässer. Nach Abschluss erhalten die Teilnehmer ein weltweit anerkanntes Brevet.

Für Mitglieder werden auch weiterführende Brevets sowie Aufbaukurse in Apnoetauchen, Nitroxtauchen, Tauchsicherheit und Rettung, Orientierung, Nachtauchen und vieles mehr angeboten.



Tauchgeräte

Der TSV Octopus Lippstadt besitzt mehrere komplette Tauchausrüstungen, die von Mitgliedern kostenlos ausgeliehen werden können. Außerdem gehört ein leistungsfähiger Kompressor zur Befüllung der Tauchgeräte mit Atemluft zur Ausstattung. Auch dies ist für Mitglieder kostenlos.

Geselligkeit

Jedes Frühjahr findet zum ersten Freigewässertauchgang der Saison eine „Antauch“-Feier statt. Getroffen wird sich aber auch zum Sommerfest und am 24.12. zum „Heiligabendtauchen“. Im Januar geht es regelmäßig mit einem angemieteten Bus zur Messe „Boot“ nach Düsseldorf. Natürlich werden auch andere gemeinsame Fahrten organisiert. 2016 war der Tauchverein beispielsweise am Forellensee in Nordhausen/Thüringen.

2013 feierte der Verein sein 25-jähriges Bestehen. Aus diesem erfreulichen Grund unternahmen 52 Mitglieder eine Tauchreise nach Hurghada in Ägypten.

Traditionell wird im Rahmen der Ferienfreizeit der Stadt Lippstadt in den Sommerferien ein Schnuppertauchen für Kinder und Jugendliche angeboten. Im Lehrschwimmbecken des **Cabrioli** können die Kids dann nach einer theoretischen und praktischen Einweisung erste Erfahrungen mit dem Gerätetauchen machen.

Info und Kontakt: www.tsv-octopus.de





Hey Kids!

Neues Jahr, neuer Spaß im Kids Club.

Ich finde es super, dass ihr immer so regelmäßig zum Kids Club kommt, um mit euren neuen Freunden etwas Tolles zu erleben. Besondere Highlights waren 2016 das Rettungsschwimmen mit der DLRG Benninghausen oder das Hundepfätzchenbacken für unser erstes Hundeschwimmen im Oktober. Selbstverständlich hatten wir auch wieder auf der Kids Club-Party im August sehr viel Spaß. Besonders beliebt war dabei unser neuer Aquatrack. Auch 2017 haben wir uns für den Kids Club wieder einiges vorgenommen. Lasst euch überraschen!

Ihr möchtet Mitglied im Kids Club werden? Das ist ganz einfach! Es gibt nur zwei kleine Voraussetzungen: Ihr müsst zwischen 6 und 12 Jahre alt sein und das Seepferdchen haben. Dann einfach ein Anmeldeformular ausfüllen, die Eltern unterschreiben lassen und bei uns abgeben. Das Formular findet ihr auf unserer Homepage (www.cabrioli.de) oder bei uns im Bad an der Kasse.

Wir treffen uns am zweiten Freitag jeden Monats, immer 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr. Der Kids Club kostet euch nichts extra, ihr müsst nur euren Eintritt bezahlen. Außerdem bekommt ihr eine Bonuskarte, auf der ihr Stempel für kleine Geschenke und einen kostenlosen Eintritt sammeln könnt. Also, schnell anmelden und mit dabei sein!

Wir sehen uns im Kids Club!

Eure Emmi!

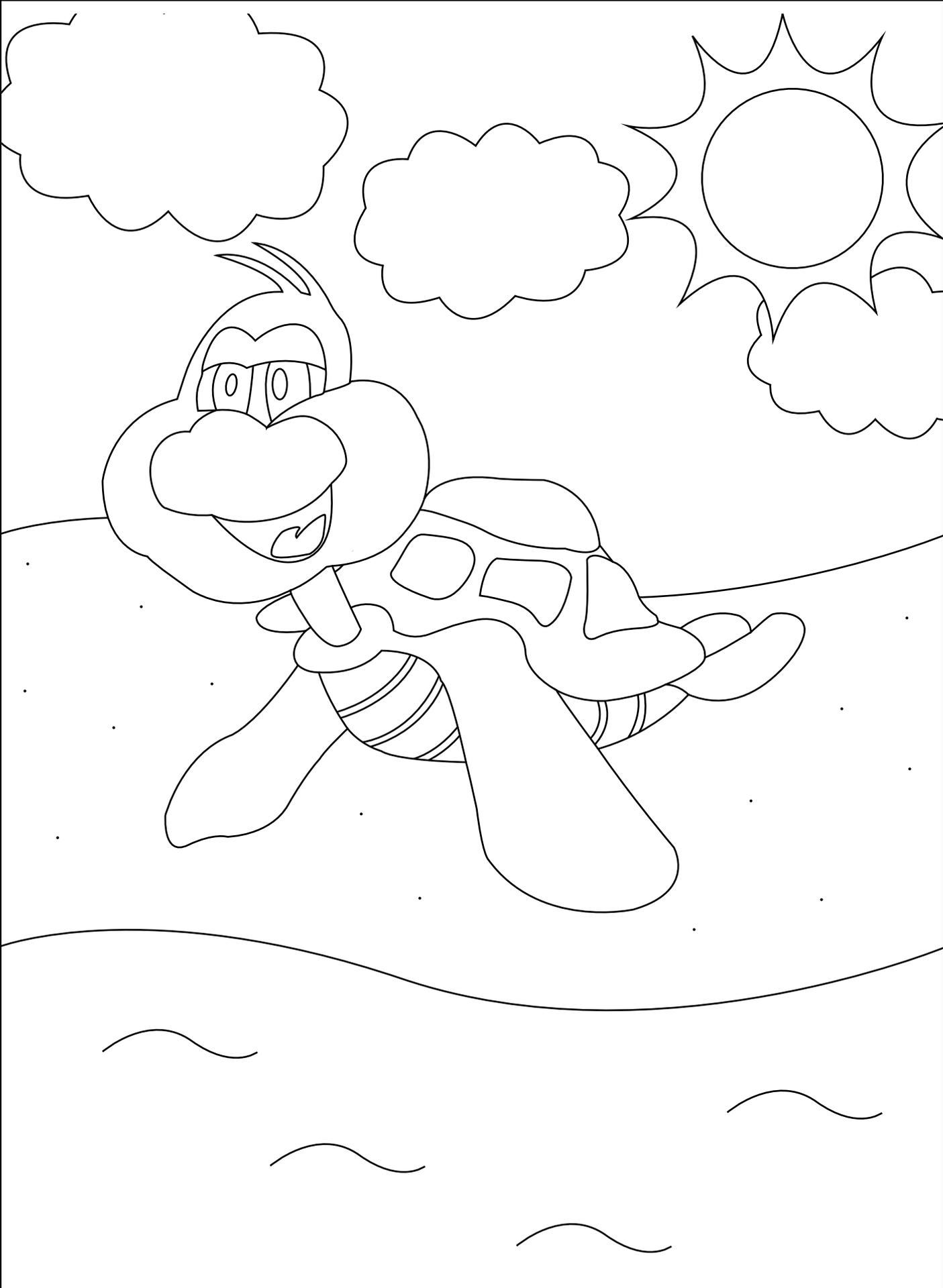


Kids Club Termine 2017

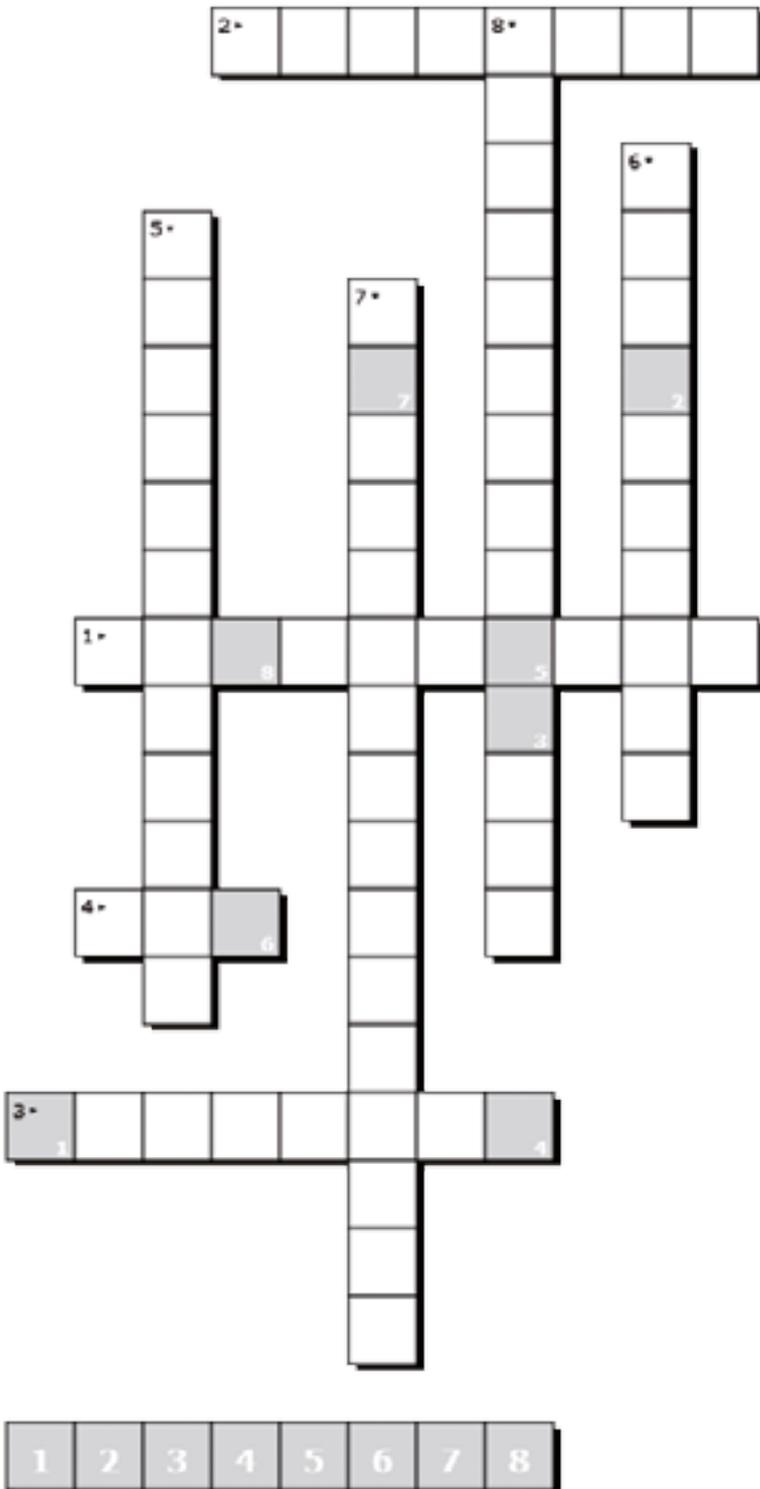
Alle Kids Club Termine seht ihr hier auf einen Blick:

13. Januar
10. Februar
10. März
14. April
12. Mai
9. Juni
14. Juli
11. August „Kids Club – Party“
8. September
13. Oktober
10. November
8. Dezember

Emmi Ausmalbild



Rätsel und Gewinnspiel



1. Nachname der CabrioLi-Familie
2. Beliebtes Eisgetränk
3. Findet jeden 2. Freitag im Monat statt
4. Ausbildungsberuf im CabrioLi (Abkürzung)
5. Traum vieler Mädchen. Einmal schwimmen wie eine....
6. Ein Verein, der regelmäßig bei uns abtaucht
7. Eine Attraktion für Kinder im CabrioLi
8. Spaß für Vierbeiner im Außenbecken

In dieser Ausgabe des CabrioLive - Magazins starten wir mit einem Kreuzworträtsel in die neue Rätselsaison.

Das hier abgedruckte Rätsel gilt für den Monat **Februar**. Danach gibt es jeden Monat eine neue Denksportaufgabe. Das Kreuzworträtsel liegt immer bei uns im Foyer an der Kasse aus.

Jeden Monat verlosen wir 3 x 2 „2 für 1“-Gutscheine!

Also, einfach das Rätsel lösen und an der Kasse abgeben.

Tip: Wer das aktuelle CabrioLive-Magazin aufmerksam gelesen hat ist bei der Lösung klar im Vorteil! Und mit etwas Glück gehören Sie vielleicht schon bald zu den glücklichen Gewinnern.

Wir drücken die Daumen.

Teilnahmebedingungen

Mitarbeiter des **CabrioLi** und ihre Angehörigen sowie Personen unter 18 Jahren sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mitmachen kann sonst jeder, der die richtige Lösung einreicht.

Einsendeschluss ist jeweils der letzte Tag eines jeden Monats bis zum 31.12.2017. Der Gewinner wird im Losverfahren ermittelt, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich.

Die Gewinner werden telefonisch benachrichtigt und erklären sich mit einer Veröffentlichung auf unserer Homepage/Facebook-Seite einverstanden.

Generiert mit XWords - dem kostenlosen
Online-Kreuzworträtsel-Generator!
www.xwords-generator.de/de

Wir sind für Sie da

Öffnungszeiten

Montag	6.30-21.00 Uhr
Dienstag	8.00-21.00 Uhr
Mittwoch	6.30-21.00 Uhr
Donnerstag	6.30-21.00 Uhr
Freitag	6.30-21.00 Uhr
Samstag	8.00-21.00 Uhr
An Sonn- und Feiertagen	8.00-21.00 Uhr

Alle weiteren Öffnungszeiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage und Facebook-Seite!

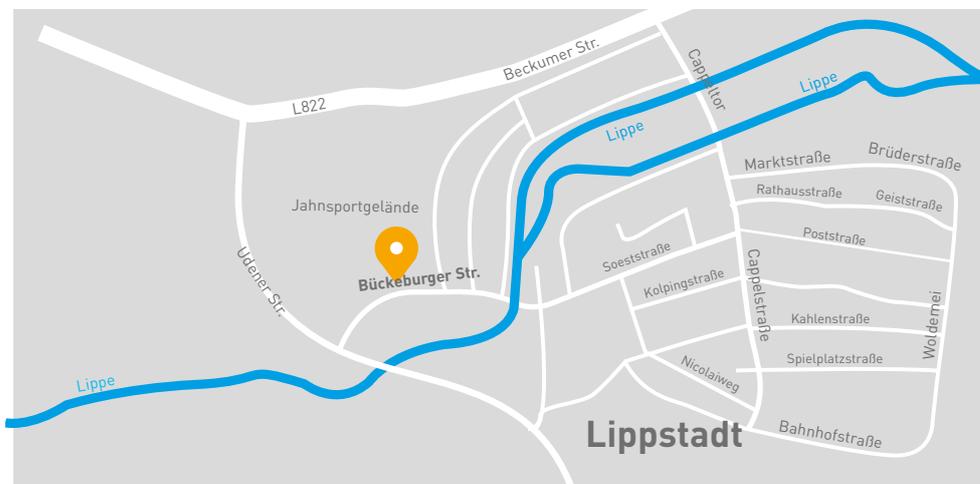
Anfahrt und Kontakt

Cabrio Lippstadt Kombibad

Bückerburger Straße 10
59555 Lippstadt
Tel. 029 41 - 20 949-0



www.cabrioli.de
info@cabrioli.de
www.facebook.com/cabriolippstadt



Impressum

Herausgeber

Cabrio Lippstadt Kombibad
Bückerburger Straße 10
59555 Lippstadt
www.cabrioli.de
Gesamtverantwortlich:
Dr. Christian Kuhn

Redaktion

CabrioLi: Julia Rosenthal, Silke Franke, Stefan Schneider, Siegfried Müller, Aileen Pantwich, Jannick Rausch, Sebastian Kemper
TSV Octopus Lippstadt e.V.: Peter Hanemann
Meerjungfrauenschule: Ines Jurkschat

Konzeption, Gestaltung und Layout

GEOVIS Media Services
Seestraße 36
59519 Möhnesee
www.geovis.com

Foto- und Bildmaterial

CabrioLi
TSV Octopus Lippstadt e.V.
Christoph Meinschäfer Fotografie
Agentur Comkom, Carsten Köchel,
Meerjungfrauenschule
GEOVIS Media Services

Vorschau



Unser Kassensystem

Der digitale Weg durch das **CabrioLi**.

Ein Arbeitsbereich stellt sich vor – Die Technik

Hinter dem Schwimmvergnügen steckt viel Technik. Ein Bereich, der dem Badegast verborgen bleibt. Wir geben einen Einblick.

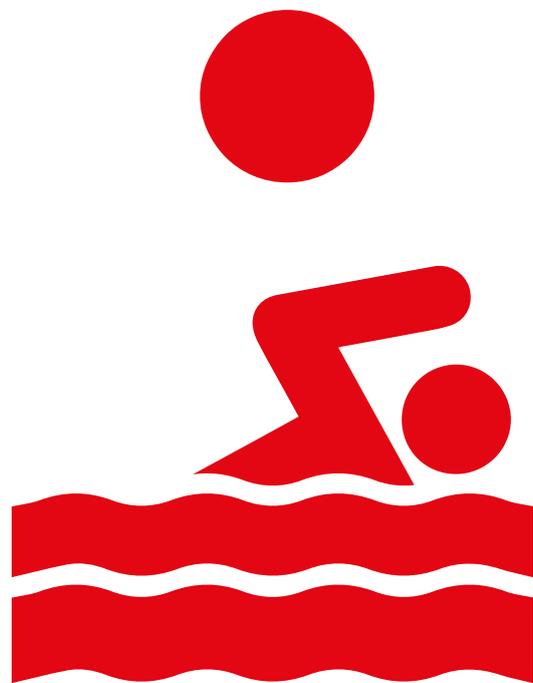
Unsere Partner im CabrioLi: Die Schwimm- und Wasserball- abteilung von Blau-Weiß Eickelborn 1925 e.V.

Mehr als nur ein „Ballspiel“ im Wasser...

Familie AnderLippe

Neues von unserer **CabrioLi**-Familie





sparkasse-lippstadt.de

Mitmachen ist einfach.

Wenn man einen Finanzpartner hat, der die Freizeit- und Sportangebote in der Region unterstützt und fördert.

Wenn's um Geld geht



Sparkasse
Lippstadt