NORDBAD

Gemütlich baden und saunen

Das Nordbad

Im Badebereich des Nordbades kann man die einmalige Atmosphäre eines historischen Badetempels genießen.
Ob im Becken schwimmend oder mit Aussicht von der Galerie, überall findet man liebevoll restaurierte Details einer über hundertjährigen Perle der Äußeren Neustadt.

Mit einem auf viele Gäste jeden Alters zugeschnittenen Angebot von Schwangeren- und Babyschwimmen, Schwimmkursen, Seniorenschwimmen, Trainingsangeboten für Vereine sowie physiotherapeutischen Behandlungen ist im Schwimmbecken mit Hubboden bei 28 °C eine Vielzahl von Möglichkeiten zur Bewegung gegeben. Für die Kleinsten ist ein Planschbecken vorhanden.
In den Sommermonaten gibt es Liegewiesen im Freien.

Warmbadetag

Ganztägig jeden Montag bei ca. 32 °C Wassertemperatur

Zuschlag: 0,50 €

Die Sauna ist eine gemischte Sauna mit folgenden Ausnahmen:

- Damensauna Montag ganztägig
- Herrensauna Dienstag von 9.00–12.00 Uhr

Die Saunalandschaft

Erleben Sie die entspannende und heilende Wirkung des Saunabadens in der Saunalandschaft des Nordbades. Relaxen und entspannen Sie in den finnischen Saunen oder genießen Sie die wohltuende Wirkung des Dampfbades.
An der Sauna-Bar trifft man sich gern nach dem Schwitzbad zu einem kühlen Getränk und kleinen Schwatz.
Im Sommer laden die Liegen auf der Dachterrasse zum Sonnenbad ein.

In der Saunalandschaft des Nordbades finden Sie:

- finnische 90°-Sauna
- finnische 80°-Sauna
- wechselnde Aufgüsse mit Salz, Honig, Früchten, duftenden Aromen, Eiswürfeln oder nach alter russischer Tradition mit Birkenreisigbüscheln
- Dampfbad
- Warmbecken
- Tauchbecken
- Solarium
- Ruheraum
- Saunadachterrasse
- Sauna-Bar

Mitternachtssauna

Genießen Sie die historische Atmosphäre des Nordbades jeden letzten Samstag im Monat von 21.00–1.00 Uhr zur Mitternachtssauna und zum textilfreien Baden.

Wir freuen uns, Sie mit einem Begrüßungsgetränk, verschiedenen Aufgüssen und kleinen Überraschungen zu einem entspannten Saunabad einladen zu dürfen.
Preis: 9,99 €

Kurse

Ein vielfältiges Kursprogramm ergänzt das Angebot des Nordbades.

Babyschwimmen

Babyschwimmen ist geeignet für Kinder von 3 Monaten bis einem Jahr. Die sehr frühzeitige Bewegung im Wasser wirkt sich positiv auf viele, noch zu entwickelnde Fähigkeiten des Kindes aus. Nur einige Vorteile des Babyschwimmens sind der intensive Körperkontakt zu den Eltern, die Ausdehnung des kindlichen Aktionsradius, Kräftigung der Arm-, Bein- und Rückenmuskulatur oder die Ausprägung des Gleichgewichtssinnes.

Kurstermine:
Montag 10.30–11.00 Uhr
12.30–13.00 Uhr
Auskünfte und Anmeldungen:
Physiotherapie Wenzel & Czura
Tel.-Nr.: 03 51 / 8 03 32 49

Schwangerenschwimmen

Schwimmen für werdende Muttis ist eine ideale Möglichkeit, durch gezielte Bewegung im Wasser alle drei Elemente der Geburtsvorbereitung – Atmung, Gymnastik, Entspannung – miteinander zu verbinden. Im Wasser fühlt man sich trotz Babybauches leicht, ja schwerelos und profitiert von den positiven Bewegungsanreizen.

Kurstermine:
Montag 13.00–13.30 Uhr

Auskünfte und Anmeldungen:
Physiotherapie Wenzel & Czura
Tel.-Nr.: 03 51 / 8 03 32 49

Aquarobic

Die Wassergymnastik ist ein sehr intensives Trainingsprogramm mit abwechselnden Übungen bei flotter Musik. Kreislauf und Atmung kommen dabei auf Touren. Muskeln und Gelenke werden auf gesunde Weise trainiert, der Körper wird durch den Wasserwiderstand intensiv massiert. Bewegungsformen wie Laufen und Hüpfen, Federn und Springen sind durch den unterstützenden Auftrieb des Wassers leicht und gelenkschonend, aber die Muskeln werden durch großräumige Übungen gekräftigt. Zudem macht das Training in der Gruppe besonders viel Spaß.

Kurstermine:
Montag, Mittwoch und Donnerstag
21.00–22.00 Uhr

Auskünfte und Anmeldungen:
Physiotherapie Wenzel & Czura
Tel.-Nr.:0351/8033249

Seniorenschwimmen

Diese Zeiten sind speziell der Generation 60 plus vorbehalten und setzen sich das Ziel, Freude und Spaß an der Bewegung im Wasser zu erhalten, Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer zu fördern und damit den gesamten Körper in Schwung zu bringen.

Zeiten:
Dienstag 12.00–14.00 Uhr
Donnerstag 12.00–14.00 Uhr

Schwimmkurse

Schwimmen lernen im Nordbad? Dies ist eine selbstverständliche Tradition. Schon Väter, Großväter und Urgroßväter haben im Nordbad ihre ersten Schwimmversuche unternommen.
Das gesamte Jahr über finden Schwimmkurse für Vorschulkinder statt.
Das Ziel der Kurse ist das Erreichen des Schwimmabzeichens „Seepferdchen“ für die Kinder.
Dafür müssen die Kinder folgende Fertigkeiten erlernen: Sprung vom Beckenrand, 25 Meter Schwimmen, einen Gegenstand mit den Händen aus schultertiefem Wasser herausholen.

Die Kurse dauern ca. 10 Wochen und beinhalten 20 Unterrichtstunden.

Preis: 70 € pro Kurs.

Auskünfte und Anmeldungen:
Nordbad Dresden
Tel.-Nr.: 03 51 / 8 03 23 60

Physiotherapeutische Wassergymnastik

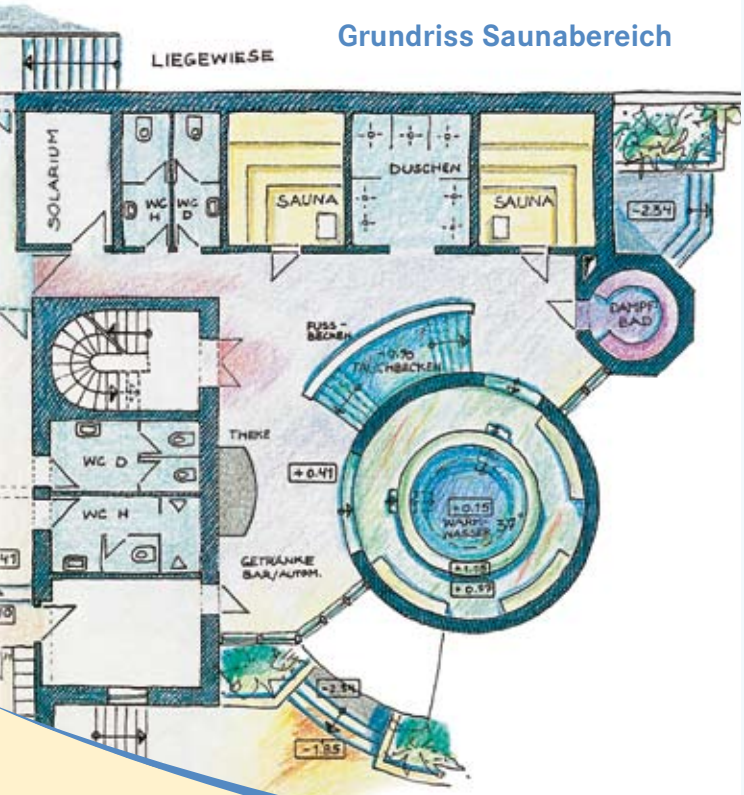
Es werden Einzel- und Gruppentherapien angeboten.

Voranmeldungen und Vorlage eines Rezeptes erforderlich!

Auskünfte und Anmeldungen:
Physiotherapie Wenzel & Czura
Tel.-Nr.: 03 51 / 8 03 32 49

Im Badebereich und in der Saunalandschaft erwarten Sie zwei Solarien für eine nahtlose Bräune.

Grundriss Saunabereich



Geschichte

Das Nordbades blickt auf eine lange Tradition zurück. Die Gebäude des heutigen Nordbades wurden schon im Jahre 1894 errichtet. Im März des Jahres 1895 wurde das Bad eröffnet, damals Germania-Bad genannt. Aus Überlieferung ist bekannt, dass es damals für Männer und Frauen getrennte Badezeiten gab, Bassins und Wannenbäder waren in verschiedene Klassen geteilt und es standen Russische Dampfbäder und Kiefernadel-Dampf-Kastenbäder zur Verfügung.

Im Jahre 1922 übernahm die Stadt das Bad von den ehemals privaten Besitzern, um es in ein Volksbad umzuwandeln. Es folgten Instandsetzungs- und Ausbauarbeiten.

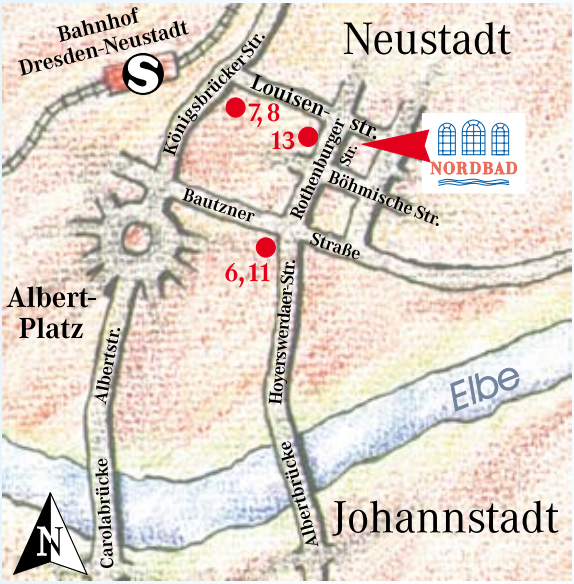
Den Bombenangriff auf Dresden im Februar 1945 überstand das Bad unbeschadet. Jedoch erst ab ca. 1950 konnte das nunmehr in Nordbad umbenannte Bad einen regelmäßigen Betrieb wieder aufnehmen.

Zahlreiche Dresdner erlernten hier die ersten Schwimmbewegungen, viele Vereine nutzen das Nordbad für ihr Training.

Seit den 70er Jahren wurde das Nordbad provisorisch aufrechterhalten.
1974 wurde dennoch die Schwimmhalle und 1982 die Wannenbäder geschlossen. Seither verfiel das Nordbad zusehends, bis zum Jahre 1992.

In der Nachwendezeit setzten sich vor allem die Bewohner der Neustadt für den Wiederaufbau des Bades ein. Der STESAD GmbH wurde 1993 das Bad und die denkmalsgerechte Sanierung des Bades übertragen. Finanziert mit Mitteln der EU, des Bund, des Land, der Stadt Dresden und vieler Sponsoren konnte 1997 das Bad wiedereröffnen. Es ein wichtiger sozialer Mittelpunkt in der Neustadt.

Betreiber seit 1997 ist die Fa. Aquapark Management GmbH.



- **Straba Linie 13** bis Rothenburger Straße,
- **Straba Linien 6** und **11** bis Bautzner-/Rothenburger Straße (5 Min Fußweg),
- **Straba Linien 7** und **8** bis Schauburg (10 Min Fußweg).

NORDBAD

Nordbad Dresden
Aquapark Management GmbH
Louisenstraße 48
01099 Dresden

Tel.: 0351/803236-0
Fax: 0351/803236-2

info@nordbad-dresden.de
www.nordbad-dresden.de

Betriebsführung: AQUAPARK APM MANAGEMENT

Es gelten die an der Kasse ausgehängten Tarife. Änderungen und Irrtum vorbehalten.

Stand: Jan 2008