



# Königsblatt

Das KönigsBad Magazin



Königlich  
saunieren

Konrad's  
RESTAURANT

Königlich  
speisen

„... das gönnt  
ich mir!“

Königs  
Bad  
FORCHHEIM

Erlebnis-Hallenbad

Freibadpark

Saunalandschaft

STROM

GAS

WASSER

ABWASSER

CONTRACTING

TELEKOMMUNIKATION

PARKEN



WIR LIEBEN FORCHHEIM

# UNSER HERZ SCHLÄGT 365 TAGE FÜR DIE REGION

Wählen auch Sie uns  
als Ihren Versorger vor Ort.



Haidfeldstr. 8 • 91301 Forchheim  
Telefon 09191 613-0  
[www.stadtwerke-forchheim.de](http://www.stadtwerke-forchheim.de)

**STADTWERKE  
FORCHHEIM** 



# Stress ade - Sauna olé

Silke Langenfelder (o.l.)  
und Petra Hänsel (o.r.)  
kümmern sich um das  
Wohl der Saunagäste

Foto: dh

**Z**ischhhh! – Das Wasser trifft die glühenden Steine. Der Dampf steigt auf und verteilt die Hitze, der Schweiß steht auf der Stirn. Die Muskeln entspannen, der Kopf vergisst den Stress des Tages, die Augen schließen sich. Ein gutes Gefühl steigt auf, ruhig, gesund und vielleicht ein bisschen königlich. Nach der Hitze kommt die Kälte, die Wahl reicht über die Dusche und das Wasserbad bis zum Eiswürfelbrunnen für diejenigen, denen das Wasser noch nicht kalt genug ist. Danach geht es erst mal zum Entspannen auf die Liege und vielleicht zur kleinen Unterhaltung mit dem Nachbarn in die Saunabar.

## Man fühlt sich jünger

Auf der Liege nebenan ruht sich Melanie Sponsel aus. Sie und ihr Mann Udo kommen regelmäßig in die Sauna, „manchmal komme ich

sogar vor der Arbeit noch kurz rein, damit ich dann entspannt loslegen kann.“ Im Dampfbad wird Salzpeeling angeboten. Man reibt sich von Kopf bis Fuß mit Salz ein. „Da fühlt man sich 10 Jahre jünger“, schwärmt Melanie Sponsels Mann Udo.

Das Salzpeeling ist nicht das einzige Extra für die Saunabesucher. Jeden Abend gibt es neuerdings um 20 Uhr einen Wenik-Aufguss. Dabei wird Birkensud aufgegossen und mit Birkenzweigen gewedelt. Der Klangschalenaufguss bietet Raum zur Meditation. Ätherische Öle schmeicheln der Nase. „Bodymask wird immer im Dampfbad verteilt – Das diese Wintersaison aber auch nur an manchen Tagen in der Damensauna, nicht in der gemischten. Es kann aber jederzeit Bodymask für 1,50 Euro käuflich erworben werden.“, erklärt Saunamitarbeiterin Heike. „Es ist eben für jeden etwas dabei. Das Wichtigste ist, dass

## Am Rande

„36 Grad – und es wird noch heißer“, das war der Sommerhit. Natürlich auch im Königsbad, das mit 150 000 Gästen eine noch nie da gewesene Besucherwelle verzeichnen konnte. Dies ist ein eindrucksvoller Beweis für die Beliebtheit des naturbelassenen Freibadparks. Auch im Winter geht's heiß weiter, dafür garantiert das „Ganzjahreshoch“ im Erlebnis-Hallenbad und in der Saunalandchaft. Hier findet die Hei(ß)-Society ihre Wellness-Oase: Jetzt auch mit einem regelmäßigen Massageangebot für Damen und Herren. Für den Hunger danach empfiehlt sich das neu konzipierte Konrad's Restaurant mit spanischer Atmosphäre. Viel Vergnügen wünscht Ihr



Franz Stumpf, Oberbürgermeister



An der Poolbar bei  
der Mitternachts-  
sauna.

Foto: os

man dabei auf seinen Körper hört, und sich nicht durch einen Aufguss quält.“, sagt Melanie Sponsel.

Für Einsteiger dagegen bietet sich die Zeit zwischen den Aufgüssen an, erklärt Jochen Striegel. Da ist es noch nicht so heiß, und man kann sich an die Hitze gewöhnen. Die lässt sich ja auch regulieren, je nachdem, auf welcher Stufe man sitzt – oben ist es heißer. Jochen Striegel muss es wissen, er ist schließlich Stammgast,

und ein echter Sauna-Veteran. „Ich war wirklich schon in einer Menge Saunen, und in Forchheim bin ich fast jeden Tag, hier habe ich meine Saisonkarte.“

## Gesundbrunnen Sauna

Neulinge sollten sich Zeit nehmen, etwas in der Sauna schwitzen und den eigenem Rhythmus zwischen Hitze, Kälte und Ruhezeit finden, bis

sie sich eingewöhnt haben. Dann heißt es ausprobieren und die eigenen Vorlieben finden - welcher Aufguss gefällt am Besten? Das lohnt sich: Jochen kann sich an seine letzte Krankheit kaum erinnern, so lange ist sie her, und auch das Ehepaar Sponsel berichtet von guter Gesundheit. „Erkältungen habe ich kaum noch und mit den Halsbeschwerden ist es auch vorbei, seit ich regelmäßig sauniere.“, berichtet Melanie Sponsel. Dabei hilft der Saunabesuch auch im Sommer, wie ihr Mann weiß: „Man verträgt die Hitze einfach besser.“

„Die Atmosphäre hier macht die Sauna zu dem, was sie ist. Besucher und Personal sind immer freundlich und auch immer für einen Spaß zu haben“, sagt Jochen Striegel. „Mit ein paar Freunden aus der Sauna haben wir sogar einen kleinen Ausflug für die Zeit geplant, wenn das Bad geschlossen hat.“ Ohne Sauna muss man sich schließlich auch irgendwie entspannen. Denn irgendwann müssen die Batterien eben aufgeladen werden und dafür ist die Königsbad-Sauna der richtige Ort. Melanie Sponsel sagt nicht umsonst: „Es ist wie Urlaub hier.“

## Saunaartikel

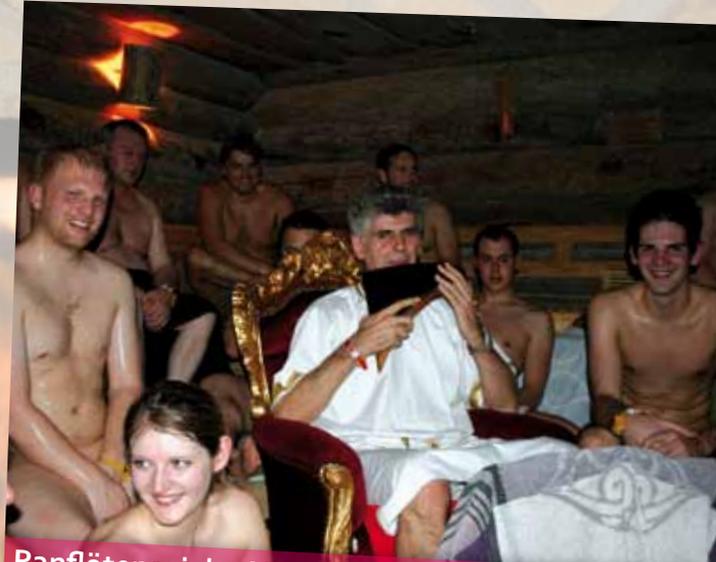
Kostenlosen  
**KATALOG**  
fordern



**Achatz Saunabedarf** · Mühlenweg 4 · 93444 Bad Kötzing  
Telefon: 09 94 1 / 90 66 54 · Telefax: 09 94 1 / 90 69 33  
E-Mail: [info@saunabedarf-achatz.de](mailto:info@saunabedarf-achatz.de) · [www.saunabedarf-achatz.de](http://www.saunabedarf-achatz.de)

# Heiße Weltreise!

Für Saunafreunde hat das Königsbad in diesem Winter eine besondere Überraschung zu bieten: Eine Reise um die Welt! Nach dem Erfolg der Saunaevents in den letzten Jahren, geht es diesen Winter zuerst nach Schottland (11. Okt.). Aber keine Sorge, einen Kiltzwang in der Sauna gibt es nicht. Außerdem reist das Saunateam mit den Gästen jeweils für einen Abend auch nach Japan (8. Nov.), Alaska (13. Dez.), Russland (10. Jan.), Brasilien (14. Feb.), Holland (14. März), zu den Indianern in die Schwitzhütte in die USA (9. Mai mit Mitternachts-Sauna und 10, 11, 13. Mai ohne Mitternachts-Sauna) und nach Ägypten (11. Juli). Zwischen Geishas, brasilianischen Trommlern, Indianern und Cleopatra gibt es also sicher eine Menge zu sehen – Überraschungen, ein landestypisches Buffet und Live-Auftritte garantiert. Jedes Event beinhaltet eine Mitternachts-Sauna, das heißt die Sauna bleibt bis 1 Uhr geöffnet. Die Gäste können zusätzlich im Wellnessbecken des Schwimmbereichs entspannen, ausnahmsweise auch ohne Badeanzug.



Panflötenspieler Harald Metzger verzauberte im vergangenen Jahr die Eventsauna-Gäste

## SCHICK IN DEN WINTER!

[WWW.MODEHAUS-SCHICK.DE](http://WWW.MODEHAUS-SCHICK.DE)

MODEHAUS SCHICK  
MARKTPLATZ 7  
91301 FORCHHEIM



SELECTION  
by s.Oliver

**S**CHICK  
MODEHAUS

# Fühl Dich frei

Wer sich bei Marc Gößwein in der Königsbad-Sauna auf die Bank legt, der merkt gleich, dass er nicht einfach nur massiert, sondern eine eigene Philosophie hat: „Frei sein, das ist mir das Wichtigste.“, sagt der Masseur, „frei von Vorurteilen, frei von Ängsten.“ Seine Massagen lösen schließlich nicht nur Verspannungen, sondern regen die Leber und damit die Entgiftung an. Sie bauen Stress ab. Denn wenn die Verspannungen gelöst werden, dann löst sich oft auch der Stress der letzten Tage. „Manchmal ist man da als Masseur fast schon Therapeut, die Gäste erzählen einem von ihren Sorgen. Das Ziel, schmerzfrei zu sein gilt eben auch für die Seele.“

Ganz selten passiert es ihm, dass ein Gast einmal nichts von seinen Problemen erzählt, „das ist dann natürlich kein Problem, die Muskeln entspannen sich ja auch ohne Gespräch.“ Außerdem haben Massagen natürlich noch einen Vorteil: Sie stärken das Bindegewebe der Haut und reduzieren Falten.

„Manchmal ist man da als Masseur fast schon Therapeut [...]“



Foto: dh

Neu in der Königsbad-Sauna: Massagen von Marc Gößwein

„Ich selbst versuche oft meine Ängste zu vergessen und ganz aus dem Bauch heraus zu entscheiden. So war das bei der Gründung meiner Praxis in Eggolsheim und als ich anfang fürs Königsbad zu arbeiten. Ich habe einfach angerufen und mich als Masseur angeboten, und kurze Zeit später war ich Masseur hier.“, erzählt Gößwein. Aus der Behandlung von Herzpatienten kennt er die persönlichen Gespräche gut, „da bestand die erste Behandlung oft zu 80 oder 90 Prozent nur aus einem Gespräch.“

Seine Massagen kommen gut an, gerade die Stammkunden unter den Gästen des Bades gehen regelmäßig zu ihm – und für die Hochsaison plant Marc Gößwein schon zusätzliche Termine.

## Zweimal wöchentlich

Im Moment ist er nur dienstags und donnerstags im Bad, für die steigende Nachfrage möchte er aufstocken. Frei sein funktioniert eben nicht immer, denn frei von Massageterminen ist Marc Gößwein nicht. Für ihn kein Problem: „Ich denke es ist das größte Glück, wenn man etwas tun kann, was anderen hilft – und das kann ich glücklicherweise.“



Masseur und med. Bademeister  
Sportphysiotherapeut

## Privatpraxis Marc Gößwein

Massage | Wellness | Prävention

### Standorte

Praxis  
In der Büg 2  
91330 Eggolsheim  
09191 62 55 210

Im Saunaland Königsbad  
Käseröthe 4  
91301 Forchheim  
09191 34 15 660



# „Bienvenido“ im Königsbad Restaurant **Konrads**

Nach der langen Sommerpause dürfen wir Sie im Konrads mit neu gestaltetem Ambiente herzlich willkommen heißen – was auf Spanisch „Bienvenido“ heißt. Genießen Sie an unserer typisch spanischen Bar und im südländisch gestylten Restaurant ein Stück spanischer Lebensart. Und das mitten in Forchheim. Die spanische Küche ist bekannt für ihre Vielfalt an Spezialitäten, die von Mallorca bis Andalusien beeinflusst werden. Fisch- und Fleischgerichte, Meeresfrüchte, Tapas, Paella, Aioli

sowie deftige Eintöpfe, Käse, Rotwein oder auch der Sangria drücken die typische südliche Lebensart aus. Spanische Tapas haben längst auch in Deutschland viele Anhänger gefunden. Diese kleinen Beilagen reichen von würziger Chorizo über Andalusische Fleischbällchen bis hin zu Oliven und werden traditionell in Bars und Kneipen zu alkoholischen Getränken gereicht.

Das Konrads ist für alle, die die spanische Küche lieben, ein Muss. Hier finden sie original spanische Tapas

und natürlich kommen auch unsere Steak-Fans nicht zu kurz. Und das in einer typisch spanischen Atmosphäre. Bei unseren Tages-Themen servieren wir Ihnen stets landes-typische Spezialitäten. Für unsere spanischen Gäste ein kleines Stück Heimat, für Spanienfans ein klein bisschen Urlaub. Ob zur Einstimmung auf den Urlaub oder zum Schwelgen in kulinarischen Erinnerungen,

„Ole“ und herzlich Willkommen wünscht Ihr Konrads-Team



*Especiales*

<p><b>Donnerstag</b> <b>Steak Abend</b></p>	<p>Argentinisches Hüftsteak oder Roastbeef / Putensteak Rosmaninkartoffeln / Kräuterbutter / Salatteller</p>	<p><b>11,90 €</b> pro Person</p>
<p><b>Freitag</b> <b>Paella Abend</b></p>	<p>Paella aus Valencia mit Fisch, Meeresfrüchten und Hähnchenfleisch!</p>	<p><b>9,00 €</b> pro Person</p>
<p><b>Samstag</b> <b>Tapas Abend</b></p>	<p>Wählen Sie aus 30 speziellen Tapas Variationen!</p>	<p><b>2,50 €</b> pro Tapas</p>
<p>Sonntag ab 11.30 Uhr <b>Spanischer Mittagstisch</b> <i>oder</i> <b>Spanischer Brunch</b></p>		<p><b>11,90 €</b> pro Person</p>

**Konrads**  
RESTAURANT

**Spanische Küche**  
**Tapas**  
**Steaks**

*Besuchen Sie Spanien!*

Do - Sa von 17 - 24 Uhr / So von 10 - 14 Uhr  
Körsröthe 4 / 91301 Forchheim  
Telefon 09191-34156-85  
[www.konrads-forchheim.de](http://www.konrads-forchheim.de)

Der Tag von Tobias Folz beginnt schon Stunden bevor der erste Kunde das Bad betritt. Schließlich soll alles Tip-Top sein, wenn der erste Frühschwimmer ins Wasser taucht. Dafür will der Bademeister zusammen mit seinen Kollegen sorgen. Schließlich gehört zu diesem Beruf mehr als nur am Beckenrand zu stehen.

Zweimal in der Woche geht es sogar schon um 6.30 Uhr mit dem Schwimmbetrieb los. Tobias Folz erklärt: „Vorher müssen die automatischen Beckenreiniger aus dem Wasser raus, gesäubert und überprüft werden.“ Nacht für Nacht fahren die staubsaugerartigen Geräte durchs Becken und entfernen den größten Schmutz. Den Rest erledigt die Filteranlage, die alle zwei bis drei Stunden das gesamte Wasser eines Beckens vor Verschmutzungen reinigt. Doch auch die feinen Filter wollen gewartet werden. Bei mehreren hunderttausend Litern Wasser pro Tag sicher keine kleine Aufgabe.



# Zwischen Wasser...

## Der Tag eines Bademeisters

### Tägliche Wassertests

Wenn die morgendliche Reinigung erledigt ist, muss das Wasser geprüft werden. Als Bademeister hat Tobias Folz nicht nur das Geschehen im und um das Becken im Blick, sondern auch das Wasser selbst.

Jeden Tag sagen Tests, wie die Analyse des PH-Werts oder des Chlorgehalts, den Bademeistern, wie sie auf das Wasser einwirken müssen, damit die Gäste sorgenlos in die Wellen tauchen können. So muss zum Beispiel der PH-Wert, also das Verhältnis zwischen Säuren und Basen im Gleichgewicht gehalten werden.

Dafür sind regelmäßig Messungen nötig. Schwankungen werden mit Wasserzusätzen ausgeglichen. Einmal im Monat werden die Wasserproben sogar an ein Labor gegeben, das sie dann auf eventuelle Ungereimtheiten überprüft. Tobias Folz und seine Kollegen wissen, dass gerade die Kleinigkeiten den Besuch



Zukunft durch beruflich orientierte Bildung

## FACHOBERSCHULEN

Kleine Klassen, familiäre Atmosphäre; intensiver Kontakt zu den Lehrern; auf Wunsch individuelle Lernhilfen; Antrag auf Schulgeldermäßigung oder-erlass möglich

### ▪ Fränkische Schweiz, Ebermannstadt

**Vier Ausbildungsrichtungen:** Landwirtschaft, Bio- und Umweltechnologie; Gestaltung; Sozialwesen; Wirtschaft und Verwaltung

Informationen unter 09194/722279-10

### ▪ Im Aischgrund, Höchstadt

**Zwei Ausbildungsrichtungen:** Sozialwesen; Wirtschaft und Verwaltung

Informationen unter 09193/5071060

E-Mail: [schulen@senivita.de](mailto:schulen@senivita.de); [www.senivita-schulen.de](http://www.senivita-schulen.de)



Agrarwirtschaft, Bio- und Umweltechnologie



Gestaltung

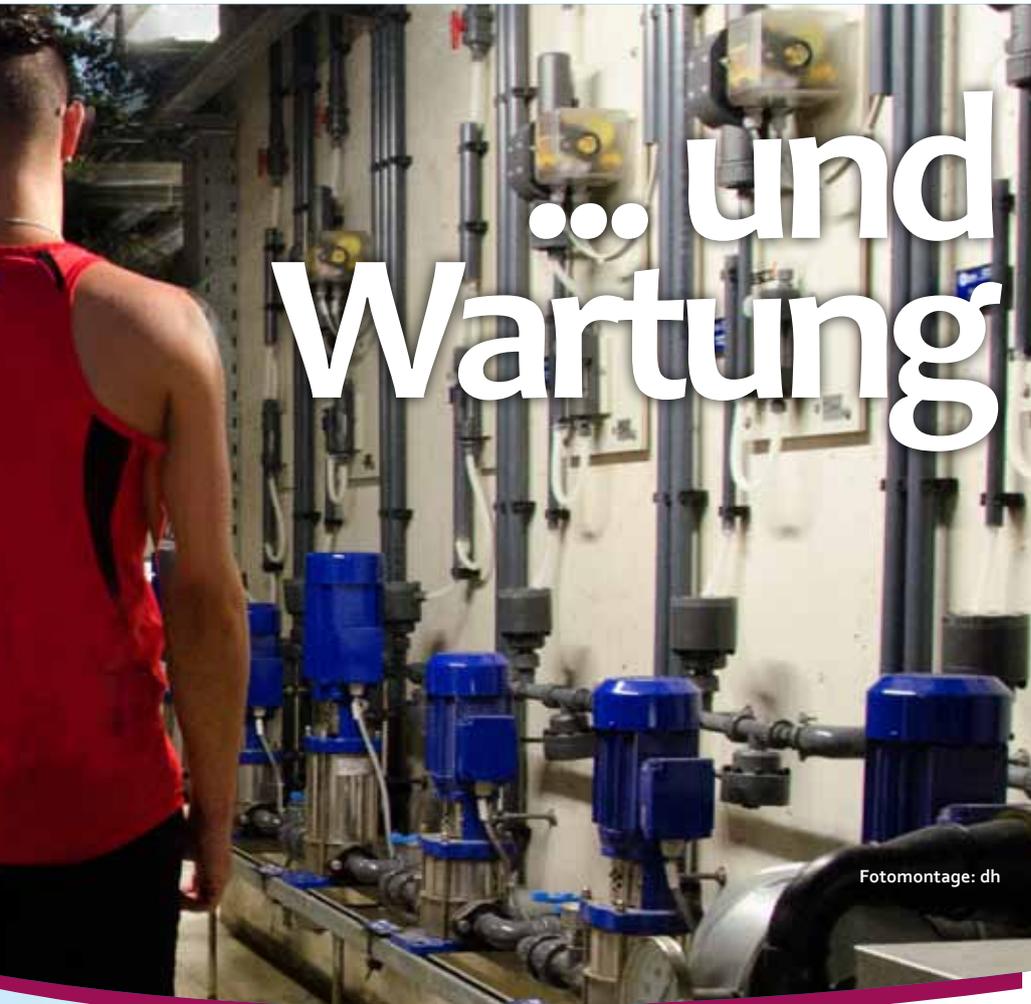


Sozialwesen



Wirtschaft und Verwaltung

# ... und Wartung



Fotomontage: dh

im Königsbad ausmachen. Deswegen sind sie sich nicht zu schade, auch mal Unkraut zu jäten oder eine Dusche zu reparieren, wenn es sein muss. Die Sicherheit darf natürlich nicht zu kurz kommen. Ein Kontrollgang durch die Rutschen verrät, ob für die Besucher vielleicht eine Gefahr durch kleine Kanten oder Hin-

dernisse besteht: „Wir räumen alle Gefahrenquellen aus dem Weg, egal wie gering die Wahrscheinlichkeit ist, dass an der Stelle etwas passiert“, meint Tobias Folz. Sicherheitshalber gibt es an jedem Becken, das tiefer als 1,35 Meter ist, eine ständige Aufsicht. Mindestens ein Bademeister ist als Läufer eingeteilt,

er geht ständig den gesamten Badebereich ab. Selten gibt es einen Unfall, meist besteht die Aufgabe der Bademeister darin, Erste Hilfe zu leisten. Meistens sind das kleinere Blessuren, etwa ein Bienenstich. Hin und wieder blutet auch mal jemand leicht, dann gibt es ein Pflaster oder einen Verband. Ein Sprung ins Wasser, samt Rettungsmanöver, ist zum Glück nur ganz selten nötig: „Bereit muss man aber immer sein, das haben wir diesen Sommer schon auch mal gehabt.“, berichtet Tobias Folz, „aber auch, wenn nichts passiert fühlen sich die Gäste einfach sicherer, wenn jemand am Beckenrand steht.“ Ihre Leistungsfähigkeit als Rettungsschwimmer stellen die Bademeister in regelmäßigen Abständen unter Beweis. „Sich ständig fit zu halten, gehört natürlich sowieso immer dazu.“

Leicht in Gefahr geraten vor allem Kinder und ältere Menschen, wie Tobias Folz weiß: „Oft trinken die Leute zu wenig, oder überschätzen sich. Dann macht der Kreislauf schnell mal schlapp und sie haben Probleme im Wasser. Manchmal gibt es gefährlich Situationen am Sprungbrett oder im Strömungskanal. Das sind die Bereiche, auf die wir verstärkt ein Auge werfen.“ Wenn dann schließlich der letzte Gast das Bad verlassen hat, bleibt



## Der schnellste Weg zu Ihrer Beratung

Wenn es um Versicherungen und Vorsorge geht, benötigt man einen Partner, der vor Ort ist, wenn man ihn braucht. Uns finden Sie gleich in Ihrer Nähe. Wir beraten Sie gewissenhaft und entwickeln flexible Lösungen, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind. Kompetent und mit einem beispielhaften Service. Zurich HelpPoint. Weil Sie uns wichtig sind.

### Finanzplanung Flierl e.K.

Am Marktplatz 9  
91320 Ebermannstadt

**Telefon 09194 72578-0**

Fax 09194 72578-10

info@josua-flierl.de

www.josua-flierl.de



**ZURICH**<sup>®</sup>

der Spätschicht noch gut zwei Stunden, um die Vorbereitungen für den nächsten Tag zu treffen.

So müssen zum Beispiel die Beckenreiniger wieder ins Wasser, bevor der letzte Mitarbeiter schließlich gegen 23 Uhr die Türe zusperrt und das Licht ausmacht.

Lange wird es nicht dauern, bis sie sich wieder öffnet, und der Tag für die Bademeister wieder von neuem beginnt.

Foto: dh



Tobias Folz im Technikraum



## Abtauchen im Königsbad

Die Abteilung Tauchen des SSV Forchheim bietet ab 6. Oktober im Königsbad Forchheim einen Tauchkurs für Jugendliche (ab 12 Jahren) und Erwachsene an. Der Tauchkurs beinhaltet den Grundtauchschein (Pool-Diver) in Theorie und Praxis. Im Anschluss an den Kurs besteht die Möglichkeit mit den Freiwassertauchgängen das international anerkannte Brevet CMAS \* (Open Water Diver) zu erwerben.

Nähere Informationen bei Stephan Müller, Tel. 09191/797852 e-Mail: merz.mueller@t-online.de oder im Internet unter <http://www.ssv-forchheim.de/Tauchen>

Das Sparkassen-Finanzkonzept.  
Altersvorsorge.



Hallo Zukunft!

## VorsorgePlus

Clevere Altersvorsorge  
attraktive

Zinsen

+

Heute handeln.  
Morgen genießen.

bis zu  
**1,5%** p.a.  
ZinsBONUS

Riester-  
förderung

jetzt sichern

 Sparkasse  
Forchheim

Mit dieser Altersvorsorge, gefördert nach Riester, haben Sie die beste Chance, Ihre Versorgungslücke auszugleichen. Sie verbindet alle Vorteile einer renditestarken Geldanlage mit zukunftssicherer Vorsorge. Und der Staat zahlt mit. Infos unter [www.sparkasse-forchheim.de](http://www.sparkasse-forchheim.de) oder vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin unter 09191 88-0.

# Sommerfest der Vereine

Die Kleinen hatten im Sommer ihr großes Vergnügen: Die neunjährige Anne Stadter und ihre Freundin Marie Henninger sind ganz schön außer Puste. So schwer hatten sie sich die Aufgabe nicht vorgestellt. Am Aktionsstand der Wasserwacht müssen die Beiden ein Wasserrettungsbrett, auf dem die Retter sonst Verunglückte aus dem Wasser ziehen, im Schwimmerbecken von einem Rand bis auf die andere Seite transportieren – 50 Meter!



Zur Belohnung bekommen die Zwei auf ihren Laufzettel einen Stempel der Wasserwacht. Bei allen vier Vereinen müssen sie jeweils eine Aufgabe bewältigen. Zum Beispiel beim Schwimmsportverein konnten die Teilnehmer ihr Können beim Volks-

schwimmen, oder beim Gang über eine Wackelbrücke aus LKW- und Baggerschläuchen beweisen. Die DLRG dagegen lud zum Büchsenwerfen mit Wasserbomben ein. Dem

Vorsitzenden der DLRG-Ortsgruppe, Gerhard Kummerer gefiel besonders, „dass die Vereine bei diesem Sommerfest gemeinsam etwas auf die Beine gestellt haben und gut zusammenarbeiten.“ Dies sei nicht immer so gewesen, in der Vergangenheit habe es auch ein starkes Konkurrenzdenken zwischen einzelnen Vereinen gegeben.

Beim Kinderschutzbund gab es ein Quiz mit zehn kniffligen Fragen über die teilnehmenden Vereine. Wie auch im letzten Jahr lud die Wasserwacht Forchheim mit einem Wettrutsch-Wettbewerb in der Königsrutsche ein. Der Schwimmsportverein bot ein Schnuppertauchen an. Ein besonderes Highlight waren die Rettungsvorführungen der verschiedenen Vereine. Außerdem sensibilisierte Theaterpädagoge Dirk Bayer die Kinder und Jugendlichen, wie sie sich im Falle einer sexuellen Belästigung durch Erwachsene zu verhalten haben. Der Erlös aus dem Sommerfest kam zur Hälfte dem Kinderschutzbund und zur Hälfte der Jugendarbeit der wassersporttreibenden Vereine zu Gute.

hitsch

**BADEMODEN IM  
FABRIKVERKAUF  
5 EURO GUTSCHEIN  
AUF BADETEILE**



Nürnberger Straße 108k · Bamberg  
Telefon 09 51 / 2 73 64  
Bahnhofstraße 64 · Bad Staffelstein  
Telefon 0 95 73/23 54 68

**UTZMANN  
Bademoden**

# Gewinnspiel



Was bin ich?

Erraten Sie, was auf diesem Bild zu sehen ist. Dieses Mal verlosen wir 20 Tageskarten, zehn Familienkarten und eine Goldcard im Wert von 120 Euro unter allen Teilnehmern. Den Coupon ausschneiden und ausgefüllt an der KönigsBad Kasse abgeben. Zu sehen ist:

Lösungswort

Name / Adresse / Telefon

Für Sie & Ihn

## Dauerhafte Haarentfernung

(Gesicht, Achseln, Rücken, Brust, Bauch, Bikini, Beine)

- klinisch getestet  
- FDA zertifiziert

## Hautverjüngung

- Altersflecken

- Falten

- Couperose

## Cellulite- und Umfangreduktion



BodyCare

Bamberg, Coburg & Forchheim

BodyCare Forchheim, Wallstrasse 3,  
Tel.: 09191 736454, Frau Petra Scholz  
www.bodycare-franken.de

# Königlich erfrischen!



Die Tucher Traditionsbrauerei wünscht allen Bade- und Saunagästen einen vergnüglichen und entspannenden Aufenthalt im Königsbad.

Tucher. Nürnberger Braukunst seit 1672.



www.tucher.de



# Schaum statt Rausch

**A**m 25. Oktober heißt es wieder „Schaum statt Rausch“. Unter dem Motto „Splash, Music & Fun“ lädt der Kreisjugendring Forchheim (KJR) alle Jugendlichen zwischen 12 und 17 Jahren, ab 18 Uhr ins Königsbad ein. Für gute Stimmung sorgen DJ Maystyle, eine Schaumkanone, ein Wellenreiter der DLRG, alkoholfreie Cocktails und jede Menge Aktionen. Beim Wettrennen werden die drei schnellsten Mädchen oder Jungen prämiert.

## Der AOK Parcours

Wer Lust hat, kann sich auch ein Airbrush-Tattoo holen oder beim Rauschbrillen-Parcours der AOK ausprobieren, wie schwierig es ist, mit zu viel Promille im Blut einfache Aufgaben zu lösen. Das „Konrad“ versorgt hungrige Partygänger mit günstigem Essen und Getränken. Die Poolparty wird vom KJR Forchheim zusammen mit den Jugendkontaktbeamten der Polizei Forch-

heim und Ebermannstadt, der Stadt Forchheim und dem Königsbad veranstaltet. Sie soll die Reihe der alkoholpräventiven Angebote des KJR Forchheim fortsetzen.

Für die Sicherheit der jungen Gäste sorgen die Rettungsschwimmer der teilnehmenden Vereine DLRG, Wasserwacht und THW. Es besteht ein kostenloser Shuttle-Service.

Weitere Infos (Fahrplan) im Netz unter:

[www.kjr-forchheim.de](http://www.kjr-forchheim.de)

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.



## Fitness in besten Händen.



Bewegung ist die beste Medizin.  
Die Gesundheitskasse hat dafür kompetente Angebote.  
Nutzen Sie diese Vorteile!

Gesundheit in besten Händen

[www.aok.de/bayern](http://www.aok.de/bayern)

# Am Beckenrand



**Carolin Lenkl**  
Schwimmeisterin

Fotos: dh



**Jörg Mann**  
technischer Leiter

Ich bin ja nun schon seit 14 Jahren bei der Stadt in den Bädern angestellt, und habe auch noch das alte Bad erlebt. Das lässt sich mit dem neuen Königsbad natürlich gar nicht vergleichen, hier ist es viel abwechslungsreicher, mit all den neuen Möglichkeiten. Neben meiner Aufgabe als Bademeisterin bin ich auch Aqua Trainerin im Bad, das heißt, ich gebe Sport- und Gymnastikkurse im Wasser. Das hat für die Teilnehmer viele Vorteile, ist gelenkschonend und bringt den Kreislauf in Schwung.

Hier im Bad bin ich der technische Leiter. Ich kümmere mich darum, dass die Technik auch wirklich rund läuft. Mit der neuen Ultrafiltrationsanlage eine spannende Aufgabe, das System ist hochmodern. Sobald irgendwo ein Fehler auftritt, bekommen wir vom Computer Bescheid, welches Modul beschädigt ist. Gelernt hatte ich eigentlich noch in der Weberei als Schlosser, als die schloss stieß ich dann auf die Arbeit als Schwimmmeister und technischer Leiter.



**Achhammer**  
— Schwimmbad & Pool

Wir führen das komplette Bayrol – Sortiment für Ihren Pool.

Frühlingsangebote bei allen Bayrol Produkten.

Complete / Soft Easy / Vari Tab®  
Multibloc® / Superflock™ / pH  
Chlorilong® / Desalgin® / uvm.

Besuchen Sie unseren Online-Shop.

Karl-Speier-Straße 66 - 92318 Neumarkt  
Tel. 09181/4753-0 - Fax 09181/4753-13  
[www.poolshop-achhammer.de](http://www.poolshop-achhammer.de) - [info@achhammer-gmbh.de](mailto:info@achhammer-gmbh.de)

## Pflegezentrum JahnPark in Forchheim



**Wer möchte nicht in einer kleinen familiären Einrichtung arbeiten?**

**Wir stellen staatlich anerkannte AltenpflegerInnen und Azubis ein.**

Wir bieten:

- Unbefristete Arbeitsverträge
- individuelle Fort- und Weiterbildung
- Betriebliches Wissensmanagement
- Gute berufliche Perspektiven
- Internes Qualitätsmanagement
- Begleitung nach langer Berufspause
- expandierendes Unternehmen
- offene Kommunikationskultur
- zertifizierte Pflege
- und vieles mehr...



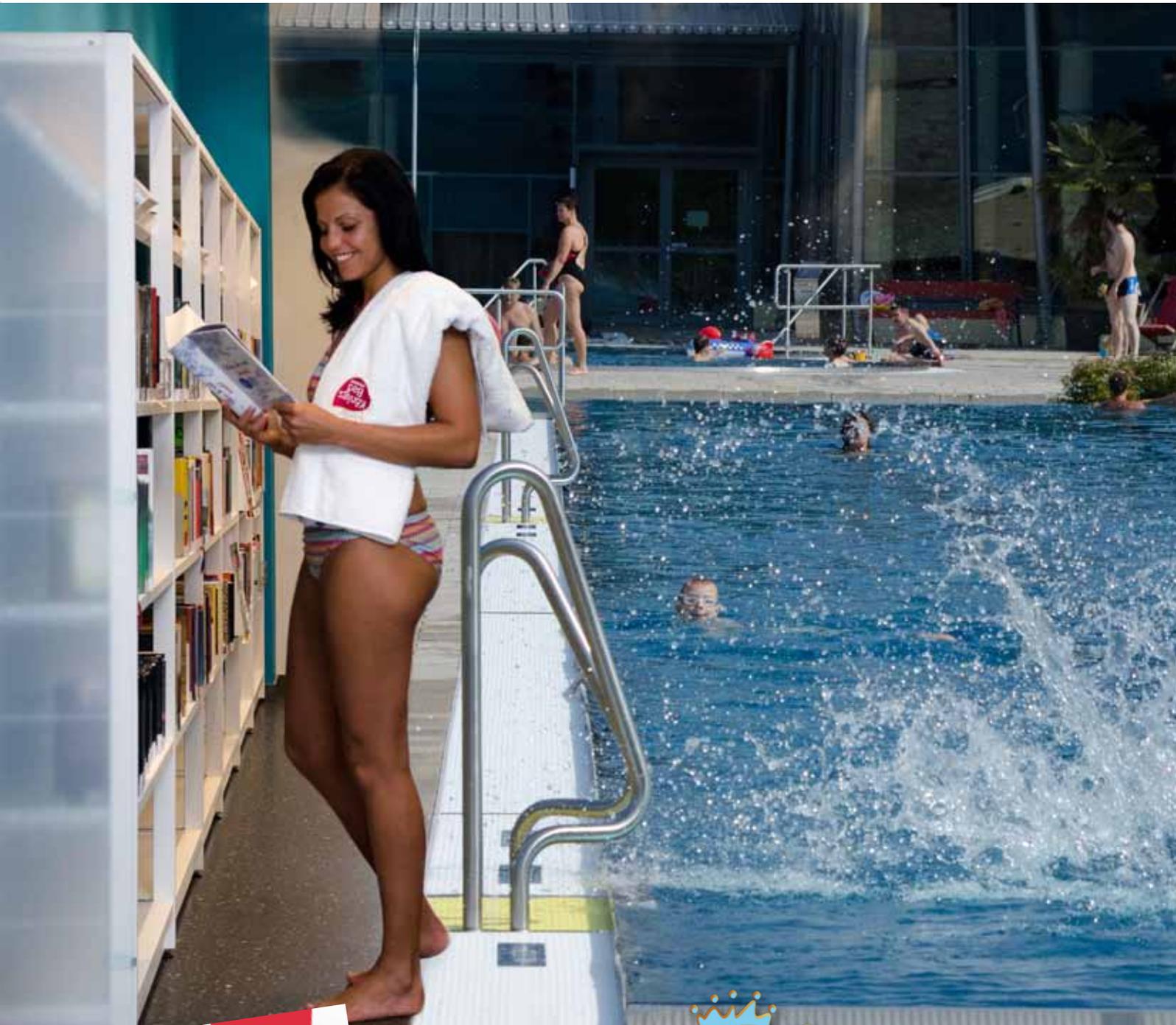
**Oder reisen Sie gern und möchten in unserem Springer-Team arbeiten?**

**Dienstwagen und reizvolle Bezahlung**

Bewerbungen richten Sie bitte an:

Bayernstift GmbH, Karl Zucker Straße 3, 91052 Erlangen, Tel: 09131-9207516, [bayernstift@bayernstift.de](mailto:bayernstift@bayernstift.de), [www.bayernstift.de](http://www.bayernstift.de)

# Für Bücherwürmer und Wasserratten



In der



stöbern ...und



Freikarten  
entdecken

Öffnungszeiten Stadtbücherei:

Mo / Di	10.00 Uhr - 18.00 Uhr
Mi	geschlossen
Do / Fr	10.00 Uhr - 18.00 Uhr
Sa	10.00 - 12.30 Uhr

Mail: [stadtbuecherei@forchheim.de](mailto:stadtbuecherei@forchheim.de)

Tel.: 09191/714-323

[www.forchheim.de/stadtbuecherei](http://www.forchheim.de/stadtbuecherei)

Preis pro Person/ Nachzahlung bei Zeitüberschreitung  
1,00 € je angefangener halben Stunde (max. Tagestarif)

Hallenbad und Freibad (*keine Spartarife an Feiertagen; lösbar innerhalb der angegebenen Zeiträume)	Erwachsene	Kinder/ Jugendliche Kinder ab 6 Jahre	ermäßigte Tarife* (nur an der Kasse erhältlich) Schüler, Studenten, Behinderte von 50% bis 100%
Tagestarif	7,00 €	4,00 €	4,00 €
Früh-Spartarif* werktags 2,5 Std. Mo.-Fr. 10:00 bis 12:00 Uhr	4,50 €	2,50 €	2,50 €
Abend-Spartarif* werktags 2,5 Std. Mo.-Fr. 18:30 bis 20:00 Uhr	4,50 €	2,50 €	2,50 €
1,5 Stunden-Sporttarif	4,50 €	2,50 €	2,50 €
Frühschwimmen Di. + Do. im Sportbecken innen	3,50 €	3,50 €	3,50 €
Familien-Tageskarte Eltern + eig. Kinder	17,50 €	----	----
Gruppentarif Jugendliche mind. 10 Jugendl.	einschl. 2 Betreuer	2,50 €	----
Sommer-Saisonkarte	110,00 €	60,00 €	60,00 €
Familien-Sommersaisonkarte	70,00 €	35,00 €	3. Kind u. weitere frei!
Jahreskarte Badewelt	390,00 €		

Badewelt				
<b>ganzjährig</b>				
Mo. – Sa.	10:00	bis	21:00	Uhr
Sonn- und Feiertage	09:00	bis	21:00	Uhr
Frühschwimmen Di. + Do. im Sportbecken innen				
	06:30	bis	08:00	Uhr
Saunawelt				
Wintersaison				
Mo., Mi., Do., Fr., Sa.	14:00	bis	22:00	Uhr
Dienstag Damensauna	10:00	bis	22:00	Uhr
Sonn- u. Feiertage	10:00	bis	22:00	Uhr
Sommersaison				
Mo., Mi., Do., Fr.,	16:00	bis	22:00	Uhr
Dienstag Damensauna	10:00	bis	22:00	Uhr
Sa. „Happy Weekend“	14:00	bis	22:00	Uhr
Sonn- und Feiertage	10:00	bis	22:00	Uhr
Familiensauna ganzjährig: Montag und Samstag zu den jeweils gültigen Winter-/Sommeröffnungszeiten.				
Events: Informationen zu unseren Sonderveranstaltungen (wie z. B. Mitternachtssauna etc.) finden Sie im Newsbereich unserer Internetseite. Gerne hilft Ihnen auch das Königsbad-Team weiter. Aushänge bitte beachten!!!				

Geburtskinder (bis zum vollendeten 18. Lebensjahr) haben freien Eintritt!  
Gilt nur am Geburtstag und gegen Vorlage Ihres Ausweises!

Saunalandschaft Ganzjährig/inkl. Hallenbad	Erwachsene ab 16 Jahre	6-15 Jahre	Geldwertkarten (Badewelt + Saunawelt)	Preis (+ 5,00 € Pfand)
2,5 Stundentarif	10,00 €	6,00 €	Silbercard 10% Rabatt	60,00 €
Tagestarif	16,00 €	10,50 €	Goldcard 15% Rabatt	120,00 €
Familiensauna (Mo. + Sa.)			Königskarte 20% Rabatt	200,00 €
Jahreskarte Sauna mit Badewelt	590,00 €			

Alle Gäste mit 100% Behinderung mit Ausweis B und Begleitperson haben **FREIEN EINTRITT!!**

Preis pro Person/Nachzahlung bei Zeitüberschreitung  
1,50 € je angefangener halben Stunde (max. Tagestarif)

Nachzahlungen bei Geldwertkarten nicht rabattierfähig! Grundsätzlich wird kein doppelter Rabatt gewährt – es kann immer nur eine Vergünstigung in Anspruch genommen werden!

\*Ermäßigungen Badewelt sind gegen Vorlage einer entsprechenden Bestätigung an der Hauptkasse zu lösen.  
Empfänger von Arbeitslosengeld II (SGB II) und von Sozialhilfe- und Grundsicherungsleistungen (SGB XII) mit mindestens einem Kind erhalten eine Ermäßigung von 50% auf den jeweiligen Tarif.

Letzter Einlass jeweils 1 Stunde vor Schließung!  
Ende der Bade-/Saunazeit ist 15 Min. vor Betriebschluss.

Königsbad Forchheim,  
Käseröthe 4  
91301 Forchheim

Tel.: 09191/ 34156-60

www.koenigsbad-forchheim.de

WINTERTAGES-  
TARIF VON 10 AUF  
7 EURO GESENKT!




**Für Ihre Drucksachen:**  
**Beratung und Qualität vom Fachmann!**  
**Damit Sie nicht „ins Schwitzen“ kommen!**

**Der Streit. Ihr Drucker.**  
St.-Martin-Straße 7 · 91301 Forchheim · Tel. 091 91 / 55 77  
info@druckerei-streit.de · www.druckerei-streit.de

## Impressum



Herausgeber:  
Messe & Media GBR  
Mühlweiherstr. 12  
91099 Poxdorf  
Tel.: 09191 - 3553127  
info@messe-und-media.de  
www.messe-und-media.de

Redaktion:  
Andreas Oswald (v.i.S.d.P.)  
Dustin Hemmerlein  
Layout und Design:  
Sven Oliver Mieke  
info@oneam.de  
www.oneam.de

Druck:  
Druckerei Streit, Forchheim  
Auflage: 12.000 Stück