

Schwimmen im Traisaer Freibad

Saisonstart ist am 15. Mai - Die Vorbereitungen sind in vollem Gange

Traisa. Am 15. Mai beginnt die Freibadsaison in Traisa! Schwimmen gehen ist eine sehr gute Entscheidung, die wir für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit treffen können. Ja, Schwimmen ist sogar extrem gesund, da es gelenkschonend ist, Herz, Kreislauf und Ausdauer trainiert, viele Muskelgruppen beansprucht und auch die Gehirnleistung steigert. Zudem ist es geeignet für jedes Geschlecht und jedes Alter - eine „Lifetime“-Sportart eben!

Zur Ausübung wird kein teures Equipment benötigt. Badekleidung, Handtuch, Badeschuhe und Schwimmbrille für die Grundausstattung und natürlich ein Schwimmbad. Dies befindet sich für die Mühltaler aus Traisa,

Trautheim und Nieder-Ramstadt direkt vor der Haustür. Kein langer Anfahrtsweg, es ist zu Fuß oder mit dem Fahrrad in kurzer Zeit zu erreichen. Was für ein Vorzug! Schnell ist die Badetasche gepackt, und ab zur Erfrischung zum geselligen, gemütlichen oder sportlichen Schwimmen ins Traisaer Schwimmbad. Und dieses Erlebnis ist überdies möglich an zwei Tagen in der Woche vor der Arbeit (dienstags und donnerstags) oder nach Feierabend und am Wochenende bis 21.30 Uhr (außer Montag). Welch ein Angebot! Das „Frühbaden“ zum Sonnenaufgang ist dabei ein besonderes Ereignis! Also, worauf wartest du noch? Ab ins Freibad nach Traisa!

Für die anstehende Saison hat die Gemeinde die Radständer auf-

gelockert, so dass mehr Fahrräder sicher angeschlossen werden können. Außerdem versucht die Gemeinde, den Bereich der Umkleiden besser zu beleuchten und damit freundlicher zu machen. Der Schwimmbadclub hat in Zusammenarbeit mit SV Traisa und TGT ein super Fitnessgerät im Freibad auf den Weg gebracht. Da kann jeder seine persönlichen Übungen machen und sich zusätzlich fit halten!

Hier noch mein Angebot: Bei dem Schwimmstil „Kraulen“ ist es nicht so einfach, die Theorie in die Praxis umzusetzen. Sprich mich im Schwimmbad an, ich unterstütze dich gerne! Kontakt einfach über www.schwimmbadclub-traisa.de Dort stehen auch aktuelle Schwimmkurseangebote, und außerdem gibt es wieder einen Kurs zum Rettungsschwimmer Silber.

Alle Anmeldungen über den Schwimmbadclub.

*Hans-Gustav Eckert,
begeistertes Mitglied
im Schwimmbadclub*

