

MEH AUS NUME ES BAD

ABTOUCHE ABSCHAUTE UFTANKE

SCHWIMMEN WARMWASSER

KURSE WELLNESS MASSAGE

BEAUTY 3A RESTAURANT



INHALTSVERZEICHNIS

SCHWIMMEN

Hallenbad 4

Freibad 6

WARMWASSER

Warmwasserbecken 8

WELLNESS

Gemischter Bereich 10

SAUNA

Geschlechtergetrennter Bereich 12

BEAUTY

14

MASSAGE

16

KURSE

17

ANREISE

21

RESTAURANT

22

KONTAKT

24



HALLENBAD

ÖFFNUNGSZEITEN UND PREISE

Montag bis Samstag 09.00–21.00 Uhr

Sonn- und Feiertage* 08.00–19.00 Uhr

Beachten Sie die speziellen Öffnungszeiten an Feiertagen*:

Neujahr, Karfreitag, Ostermontag, Auffahrt, Pfingstmontag, 1. August, Bettag, Stephanstag und Silvester. **An Heiligabend, 24. Dezember, und Weihnachten, 25. Dezember, bleibt das Bad geschlossen! Am letzten Samstag im November schliessen wir alle Anlagen um 17.00 Uhr.**

Einzeleintritt:

Erwachsene	CHF 8.00
Kinder 0–6	gratis
Kinder 6–16	CHF 5.00
ASL**	CHF 7.00

10er-Abonnement:

CHF 72.00
gratis
CHF 45.00
CHF 63.00

Jahresabo:

Erwachsene	CHF 260.00
Kinder 6–16	CHF 130.00
ASL**	CHF 220.00

Einheimische***

Auswärtige

CHF 425.00
CHF 210.00
CHF 360.00

Saisonabo Winter:

Erwachsene	CHF 200.00
Kinder 6–16	CHF 100.00
ASL**	CHF 170.00

Einheimische***

Auswärtige

CHF 325.00
CHF 160.00
CHF 275.00

Depot Armband: CHF 10.00

Infos zum Hallenbad während der Sommersaison:

Die Geschäftsleitung behält sich vor, das Hallenbad bei schönem Wetter ab 12.00 Uhr zu schliessen.

Das Hallenbad bleibt während der Revision im Juli/August während ca. 3 Wochen komplett geschlossen.

Die genauen Daten finden Sie jeweils auf unserer Website.

** 16 bis 25 Jahre (mit Ausweis: Schüler, Lehrling, Student, Militär, Zivildienst)

*** Einheimische Gemeinden: Berken, Bettenhausen, Bollodingen, Inkwil, Niederönz, Oberönz, Thörigen, Seeberg (Wintertarif)



INFOS

- Garderoben mit Wechsel-, Familien- und Behindertenkabinen
- Nichtschwimmerbecken (Variobecken) mit Hubboden
- Schwimmerbecken, 25 m mit 5 Bahnen
- Sprungbucht 1-Meter-Sprungbrett
- Kinderplanschbecken mit Wasserspiel, 34°
- Direkter Zugang zum Warmwasserbecken, 34° (Eintritt nur per Chipuhr)
- Ess-Ecke für selbst mitgebrachte Speisen und Getränke



FREIBAD

ÖFFNUNGSZEITEN UND PREISE

Montag bis Samstag	09.00–21.00 Uhr
Sonn- und Feiertage*	08.00–19.00 Uhr

Beachten Sie bitte die speziellen Öffnungszeiten:

- Feiertage* Sommersaison: Auffahrt, Pfingstmontag, 1. August, Bettag
- Infolge mangelnder Lichtverhältnisse (Dämmerung) schliessen wir ab Mitte August das Freibad täglich um 19.00 Uhr.

Einzeleintritt:

Erwachsene	CHF 8.00
Kinder 0–6	gratis
Kinder 6–16	CHF 5.00
ASL**	CHF 7.00

10er-Abonnement:

CHF 72.00
gratis
CHF 45.00
CHF 63.00

Jahresabo:

Erwachsene	CHF 260.00
Kinder 6–16	CHF 130.00
ASL**	CHF 220.00

Einheimische***

CHF 260.00
CHF 130.00
CHF 220.00

Auswärtige

CHF 425.00
CHF 210.00
CHF 360.00

Saisonabo Sommer:

Erwachsene	CHF 95.00
Kinder 6–16	CHF 50.00
ASL**	CHF 80.00

Einheimische***

CHF 95.00
CHF 50.00
CHF 80.00

Auswärtige

CHF 160.00
CHF 90.00
CHF 130.00

Depot Armband: CHF 10.00

Depot Chipkarte: CHF 5.00 (Sommerabonnement)

Saison: Muttertag bis Bettag

Weitere Infos zum Freibad:

Je nach Wetterlage ist es möglich, dass die Öffnungszeiten kurzfristig angepasst werden (Verlängert/Verkürzt/Geschlossen).

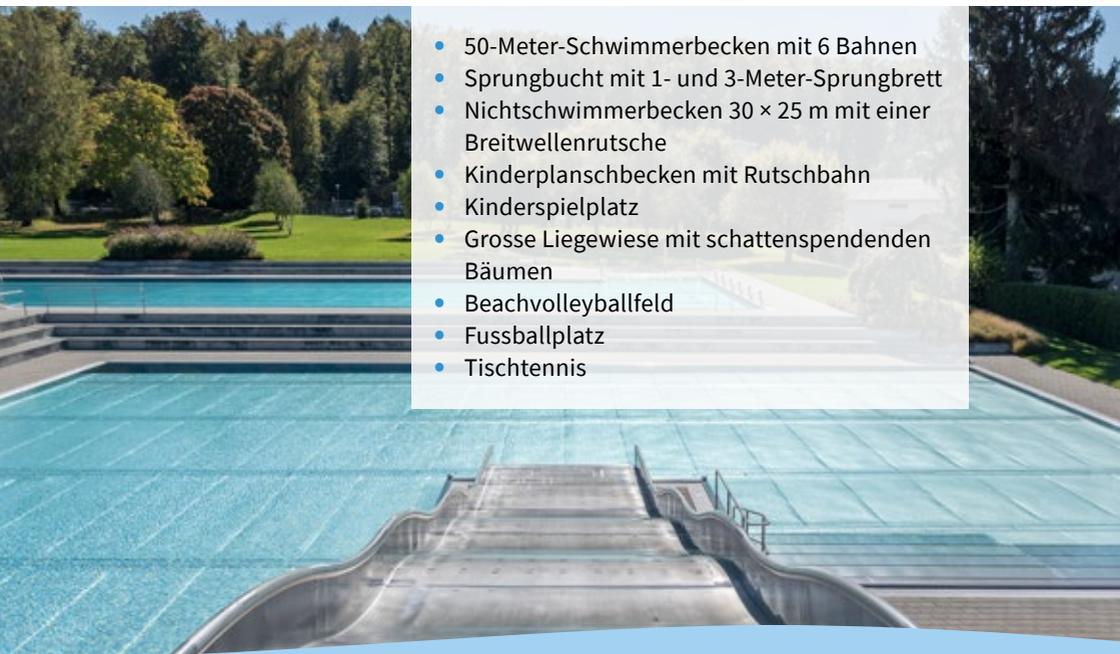
** 16 bis 25 Jahre (mit Ausweis: Schüler, Lehrling, Student, Militär, Zivildienst)

*** Einheimische Gemeinden: Berken, Bettenhausen, Bollodingen, Inkwil, Niederönz, Oberönz, Thörigen, Seeberg (Wintertarif)



INFOS

- 50-Meter-Schwimmerbecken mit 6 Bahnen
- Sprungbucht mit 1- und 3-Meter-Sprungbrett
- Nichtschwimmerbecken 30 × 25 m mit einer Breitwellenrutsche
- Kinderplanschbecken mit Rutschbahn
- Kinderspielplatz
- Grosse Liegewiese mit schattenspendenden Bäumen
- Beachvolleyballfeld
- Fussballplatz
- Tischtennis



WARMWASSERBECKEN

ÖFFNUNGSZEITEN UND PREISE

Montag bis Samstag	09.00–20.45 Uhr
Sonn- und Feiertage*	08.00–18.45 Uhr

Beachten Sie die speziellen Öffnungszeiten an Feiertagen*:

Neujahr, Karfreitag, Ostermontag, Auffahrt, Pfingstmontag, 1. August, Bettag, Stephanstag und Silvester. **An Heiligabend, 24. Dezember, und Weihnachten, 25. Dezember, bleibt das Bad geschlossen! Am letzten Samstag im November schliessen wir alle Anlagen um 17.00 Uhr.**

Einzeleintritt:

10er-Abonnement:

	Preise inkl. Eintritt ins Frei-/Hallenbad	
Erwachsene	CHF 19.00	CHF 171.00
Kinder 0–6	CHF 9.00	CHF 81.00
Kinder 6–16	CHF 13.00	CHF 117.00
ASL**	CHF 16.00	CHF 144.00

Jahresabo:

Erwachsene	CHF 860.00
Kinder 0–6	CHF 405.00
Kinder 6–16	CHF 580.00
ASL**	CHF 720.00

Depot Armband: CHF 10.00

Infos zum Warmwasserbecken während der Sommersaison:

Die Geschäftsleitung behält sich vor, das Warmwasserbecken bei schönem Wetter ab 12.00 Uhr zu schliessen.

Das Warmwasserbecken bleibt während der Revision im Juli/August während ca. 3 Wochen komplett geschlossen.

Die genauen Daten finden Sie jeweils auf unserer Website.

** 16 bis 25 Jahre (mit Ausweis: Schüler, Lehrling, Militär, Zivildschutz)



INFOS

- Wassertemperatur 34°
- 16 Sprudelliegen
- Massagedüsen
- Schwalldüse
- Bodensprudel
- Terrasse mit Sonnenliegen (Sommer)

Der Zugang zum Warmwasserbecken befindet sich im Hallenbad.



GEMISCHTER BEREICH

ÖFFNUNGSZEITEN UND PREISE

Montag bis Samstag	09.00–21.00 Uhr
Sonn- und Feiertage*	09.00–19.00 Uhr

Beachten Sie die speziellen Öffnungszeiten an Feiertagen*:

Neujahr, Karfreitag, Ostermontag, Auffahrt, Pfingstmontag, 1. August, Bettag, Stephanstag und Silvester. **An Heiligabend, 24. Dezember, und Weihnachten, 25. Dezember, bleibt das Bad geschlossen! Am letzten Samstag im November schliessen wir alle Anlagen um 17.00 Uhr.**

Einzeleintritt:	Wellness	Wellness inkl. WW + Frei-/Hallenbad:
Erwachsene	CHF 27.00	CHF 33.00
Kinder 6–16	CHF 18.00	CHF 23.00
ASL**	CHF 23.00	CHF 28.00

10er-Abonnement:	Wellness	Wellness inkl. WW + Frei-/Hallenbad:
Erwachsene	CHF 243.00	CHF 297.00
Kinder 6–16	CHF 162.00	CHF 207.00
ASL**	CHF 207.00	CHF 252.00

Jahresabo:	Wellness	Wellness inkl. WW + Frei-/Hallenbad:
Erwachsene	CHF 980.00	CHF 1170.00
Kinder 6–16	CHF 650.00	CHF 820.00
ASL**	CHF 830.00	CHF 990.00

Depot Armband: CHF 10.00

Geschlossen:

Der Wellnessbereich bleibt während der Revision im Juli/August während ca. 3 Wochen komplett geschlossen.

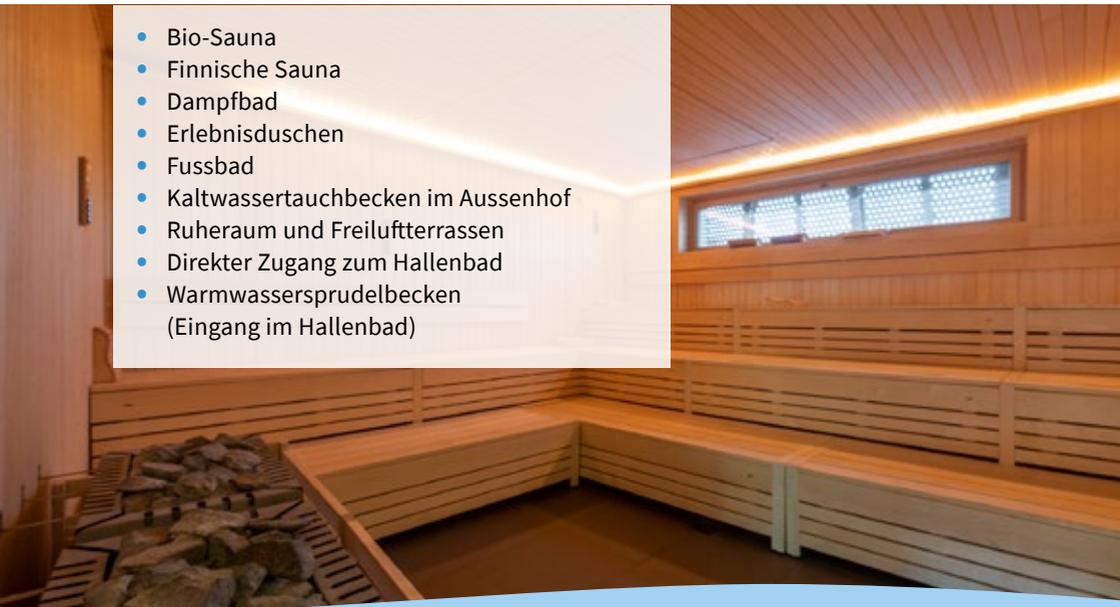
Die genauen Daten finden Sie jeweils auf unserer Website.

** 16 bis 25 Jahre (mit Ausweis: Schüler, Lehrling, Student, Militär, Zivilschutz)



INFOS

- Bio-Sauna
- Finnische Sauna
- Dampfbad
- Erlebnisduschen
- Fussbad
- Kaltwassertauchbecken im Aussenhof
- Ruheraum und Freiluftterrassen
- Direkter Zugang zum Hallenbad
- Warmwassersprudelbecken (Eingang im Hallenbad)



GESCHLECHTERGETRENNTER BEREICH

ÖFFNUNGSZEITEN UND PREISE

Montag bis Samstag 09.00–21.00 Uhr

Sonn- und Feiertage* 09.00–19.00 Uhr

Beachten Sie die speziellen Öffnungszeiten an Feiertagen*:

Neujahr, Karfreitag, Ostermontag, Auffahrt, Pfingstmontag, 1. August, Bettag, Stephanstag und Silvester. **An Heiligabend, 24. Dezember, und Weihnachten, 25. Dezember, bleibt das Bad geschlossen! Am letzten Samstag im November schliessen wir alle Anlagen um 17.00 Uhr.**

Einzeleintritt:

Erwachsene	CHF 18.00
Kinder 6–16	CHF 12.00
ASL**	CHF 15.00

Sauna inkl. WW + Frei-/Hallenbad:

Erwachsene	CHF 28.00
Kinder 6–16	CHF 19.00
ASL**	CHF 24.00

10er-Abonnement:

Erwachsene	CHF 162.00
Kinder 6–16	CHF 108.00
ASL**	CHF 135.00

Jahresabo:

	Einheimische***	Auswärtige	Sauna inkl. WW + Frei-/Hallenbad:
Erwachsene	CHF 540.00	CHF 600.00	CHF 990.00
Kinder 6–16	CHF 270.00	CHF 300.00	CHF 670.00
ASL**	CHF 460.00	CHF 510.00	CHF 850.00

Depot Armband: CHF 10.00

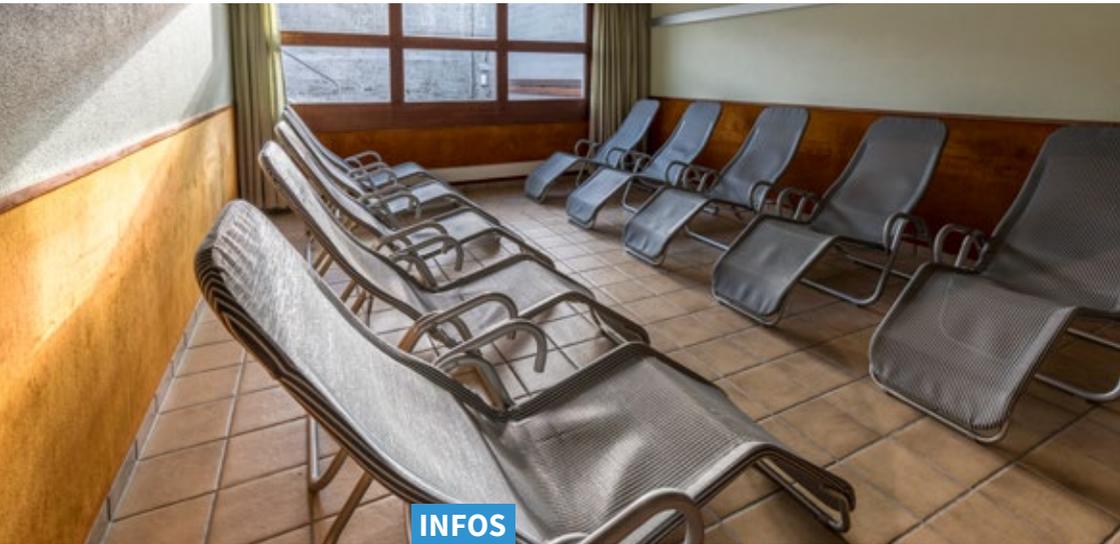
Geschlossen:

Die Saunen bleiben während der Revision im Juli/August während ca. 3 Wochen komplett geschlossen.

Die genauen Daten finden Sie jeweils ab Herbst auf unserer Website.

** 16 bis 25 Jahre (mit Ausweis: Schüler, Lehrling, Student, Militär, Zivildienst)

*** Einheimische Gemeinden: Berken, Bettenhausen, Bollodigen, Inkwil, Niederönz, Oberönz, Thörigen, Seeberg (Wintertarif)



INFOS

- Finnische Sauna 85°
- Kaltwassertauchbecken im Aussenhof
- Ruheraum
- Freiluftterrassen



UNSER BEAUTY-ANGEBOT

UNSER ANGEBOT FÜR SIE:

Klassische Gesichtspflege «Multi-Package»	Dauer: 90 Minuten	CHF 130.00
Auf Wunsch mit Wirkstoffampulle		CHF 12.00
Klassische Gesichtspflege «Shorty»	Dauer: 60 Minuten	CHF 99.00
Augenbrauen-Korrektur	Dauer: 15 Minuten	CHF 20.00
Augenbrauen färben	Dauer: 15 Minuten	CHF 20.00
Wimpern färben:	Dauer: 15 Minuten	CHF 20.00
Augenbrauen und Wimpern färben	Dauer: 25 Minuten	CHF 30.00
Enthaarung		
Mit Warmwachs Beine bis Knie	Dauer: 20 Minuten	CHF 36.00
Mit Warmwachs Beine inkl. Bikini	Dauer: 50 Minuten	CHF 85.00
Achseln	Dauer: 15 Minuten	CHF 27.00
Fusspflege	Dauer: 45 Minuten	CHF 68.00
mit Lack	Dauer: 55 Minuten	CHF 78.00
Maniküre	Dauer: 40 Minuten	CHF 60.00
mit Lack	Dauer: 50 Minuten	CHF 73.00



UNSER ANGEBOT FÜR IHN:

Gesichtspflege «Power-Package»	Dauer: 90 Min.	CHF 140.00
Gesichtspflege «Sprint»	Dauer: 60 Min.	CHF 109.00
Enthaarung mit Warmwachs	Dauer: 45 Min.	CHF 69.00
Fusspflege	Dauer: 45 Min.	CHF 68.00
Maniküre	Dauer: 40 Min.	CHF 60.00

KONTAKT:

E-Mail: message@aquarena-ag.ch
Online: shop.aquarena-ag.ch
Telefon: 062 531 14 00



UNSER MASSAGEANGEBOT

Klassische Ganzkörpermassage	Dauer: 60 Minuten	CHF 90.00
Rücken-/Nackentherapie	Dauer: 25 Minuten	CHF 42.00
Hot-Stone Massage	Dauer: 75 Minuten	CHF 132.00
Klangschalenmassage	Dauer: 50 Minuten	CHF 90.00
Fussreflexzonenmassage	Dauer: 45 Minuten	CHF 72.00
Lomi Lomi Massage	Dauer: 90 Minuten	CHF 175.00

PRODUKTE-DIREKTVERKAUF

DÖTERRA

Als genehmigter Retail-Store, können Sie bei der AquArenA Sport + Wellness AG sämtliche für die Schweiz zugelassenen Produkte der Firma **dōTERRA (Europe) Ltd.** einkaufen und erhalten professionelle Beratung. Erkundigen Sie sich direkt bei unserem Beauty- und Wellness-Personal über den sicheren Einsatz der **CPTG Certified Pure Tested Grade™** ätherischen Öle und der ergänzenden Produkte.



SCHÖNHEIT AUS DEM HERZEN DER NATUR

Die CMD Naturkosmetik Pflegewelt bietet Ihnen ein breites Sortiment von Kopf bis Fuss, abgestimmt auf verschiedene Hautbedürfnisse. Abgerundet wird die Gesichts- und Körperpflege durch wohltuende Wellnessprodukte, die teilweise in Handarbeit mit viel Liebe hergestellt werden.



zertifizierte
Naturkosmetik



KONTAKT:

E-Mail: message@aquarena-ag.ch

Online: shop.aquarena-ag.ch

Telefon: 062 531 14 00

KINDERSCHWIMMEN UND ELKI

SPIELERISCH UND NACHHALTIG SCHWIMMEN LERNEN!

Sieben Grundlagentests legen die Basis, damit sich Kinder vielseitig und sicher im Wasser aufhalten und gut schwimmen lernen.

Die Kinderschwimmkurse finden wöchentlich in kleinen Gruppen statt. In den Frühlings-/Sommer- und Herbstferien führen wir verschiedene Intensivschwimmkurse durch.

Die AquArenA Sport + Wellness AG arbeitet mit dem Ausbildungssystem von swimsports.ch.

Detaillierte Infos über die Anforderungen finden Sie auf unserer Website:

<https://www.aquarena-ag.ch/kurse/kinderschwimmkurse>



KONTAKT:

E-Mail: kurse@aquarena-ag.ch

Telefon: 062 531 14 01/02/03

Online: shop.aquarena-ag.ch



AQUA KURSANGEBOT:

Für sämtliche Aqua Kurse sind KEINE Vorkenntnisse oder Fitnesslevel erforderlich! Die Kurse eignen sich für alle Altersgruppen. Ein Kurseinstieg ist jederzeit möglich!

AQUA FIT

Aqua Fit ist ein ganzheitliches und gelenkschonendes Training und findet im Tiefwasser mit Gurt/Weste statt.

Die Kurse finden in der Regel von Montag-Freitag statt.

AQUA CYCLING

Im Wasser Fahrrad fahren!

Aqua-Cycling eignet sich für alle Alters- und Stärkeklassen, vom Spitzensportler über den Asthmatiker bis hin zu älteren oder übergewichtigen Personen.

Wichtiger Hinweis: Es werden Wasserschuhe/ Turnschuhe benötigt!

AQUA GYMNASTIK

Aqua Gymnastik ist ein ganzheitliches und gelenkschonendes Training. Es macht nicht nur Spass, sondern erhöht die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden. Verschiedene Hilfsmittel, Geräte und Musik gestalten das Training abwechslungsreich.

Aqua Gymnastik findet im Warmwasserbecken statt.



AQUA RÜCKENFIT

Aqua Rückenfit ist ein Rückentraining in der Gruppe im Flachwasser. Das Rückenfit Training stabilisiert und kräftigt die Rumpfmuskulatur und mobilisiert behutsam die Wirbelsäule. Zusätzlich fördern Sie Ihre Ausdauer, Durchblutung und das allgemeine Wohlbefinden.

AQUA FIT POWERTRAINING

Aqua Power ist ein ganzheitliches und gelenkschonendes Training im Flachwasser. Es macht nicht nur Spass, sondern erhöht die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden. Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit werden trainiert. Es ist für alle Altersgruppen und Fitnessniveaus geeignet. Verschiedene Hilfsmittel, und Musik gestalten das Training.

AQUA ZUMBA

Zumba im Wasser! Eine mitreissende Choreographie nützt den Wasserwiderstand aus, um Muskeln und Herz/Kreislauf zu kräftigen sowie die Koordination zu trainieren. Dank des Wasserauftriebes sind beim Aqua-Zumba Rücken und Gelenke entlastet. Ein Wassertraining mit hohem Spassfaktor das gleichzeitig schonend für den Körper ist!



ERWACHSENENSCHWIMMKURSE

SCHWIMMKURS FÜR ANFÄNGER:

Dieser Kurs richtet sich an Erwachsene, die noch keine Schwimmkenntnisse mitbringen. Wir ermitteln in unserem Lernschwimmbecken die grundlegenden Voraussetzungen, die das Schwimmen ermöglichen. Inhalte dieses Kurses sind: Gegen den Wasserdruck ausatmen, durchs Wasser gleiten, aufs Wasser liegen und erste Antriebsmöglichkeiten einsetzen.

KRAULKURS FÜR ANFÄNGER

Level: leichte Schwimmerfahrung

Wer sich im Wasser wohlfühlt, bereits Schwimmerfahrung mitbringt, aber noch nicht mehrere Längen am Stück crawlen kann, der/die wird in diesem Kurs angesprochen. Hier werden die Grundlagen für ein besseres Wassergefühl, eine optimale Wasserlage, eine korrekte Atmung und ein effizienterer Beinschlag geübt.

KRAULKURS FÜR FORTGESCHRITTENE:

Level: Fortgeschrittener Schwimmer

Geübt wird die optimale Wasserlage, die korrekte Atmung, ein verbesserter Kraul-Armzug und ein effizienter Beinschlag. Fortgeschrittene Kraulschwimmer können nun auf Ausdauer trainieren. Neben einer Technikverbesserung werden auch andere Schwimmstile angeschaut.

LAGENKURS:

Mehr Abwechslung im Schwimmtraining!

Mit diesem Kurs können bereits geübte Schwimmer alle Schwimmlagen, (Crawl, Rückencrawl, Brust und Delfin) verbessern und vorhandene Kenntnis vertiefen.

KRAUL- UND TRAININGSKURS:

Der Kurs wird nach dem Aufbau einer Trainingseinheit gestaltet, dabei wird die Kraultechnik genauer angesehen. Die TeilnehmerIn kann bereits Längen im der Kraultechnik schwimmen. Der Kursleiter nimmt Rücksicht auf individuelles Können. Ab 14 Teilnehmenden wird der Kurs von zwei Trainern betreut.

SO ERREICHEN SIE UNS ...

AUTO:

Möchten Sie bequem und kostenlos vor dem Haus parkieren?
Das ist bei uns möglich. Es stehen rund 180 Gratisparkplätze zur Verfügung.

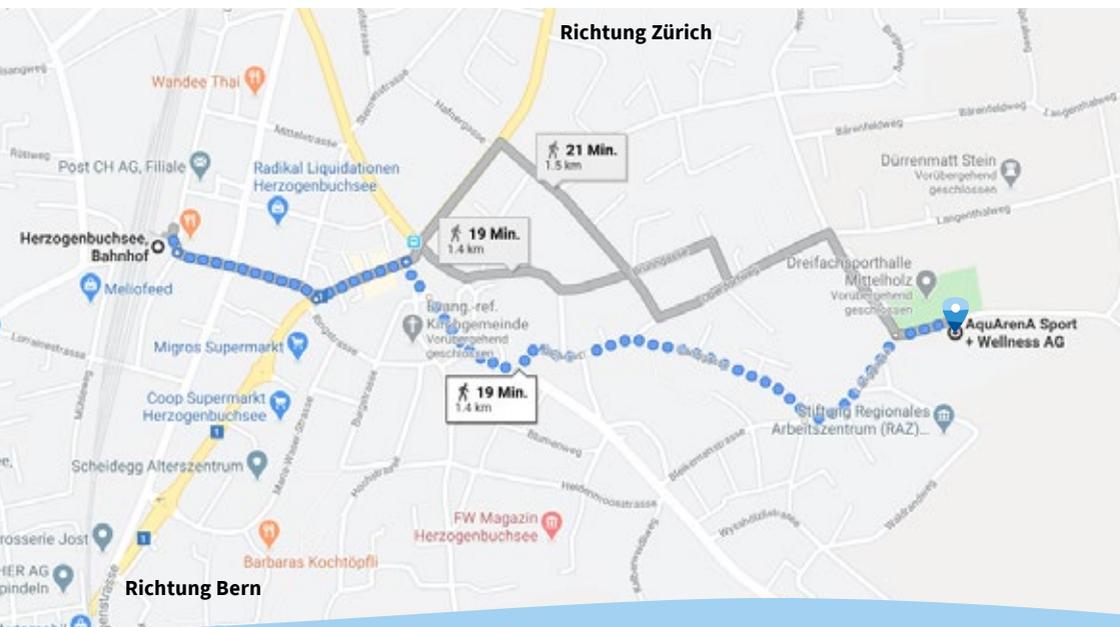
ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL:

Ab dem Bahnhof Herzogenbuchsee erreichen Sie uns in rund 20 Minuten zu Fuss
oder lassen sich bequem mit dem E-Buxi in die AquArenA fahren.

E-Buxi

Online: www.ebuxi.ch

Telefon: 076 761 90 90



ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Samstag 09.00–22.00 Uhr
Sonn- und Feiertage* 08.00–20.00 Uhr

Auf Anfrage lassen wir Abends gerne länger geöffnet.

Beachten Sie die speziellen Öffnungszeiten an Feiertagen*: Neujahr, Karfreitag, Ostermontag, Auffahrt, Pfingstmontag, 1. August, Bettag, Stephanstag und Silvester. **An Heiligabend, 24. Dezember, und Weihnachten, 25. Dezember, bleibt das Bad geschlossen! Am letzten Samstag im November schliessen wir alle Anlagen um 17.00 Uhr.**

Im Restaurant verfügen wir über 48 Sitzplätze, maximal 100 Stehplätze, eine grosse Gartenterrasse mit 30 Sitzplätzen (Schwimmbadseite) und auf der Strassenterrasse mit 16 Sitzplätzen. Gerne ermöglichen wir Ihnen einen individuellen, «massgeschneiderten Anlass». Bei Spezialanlässen wird serviert.

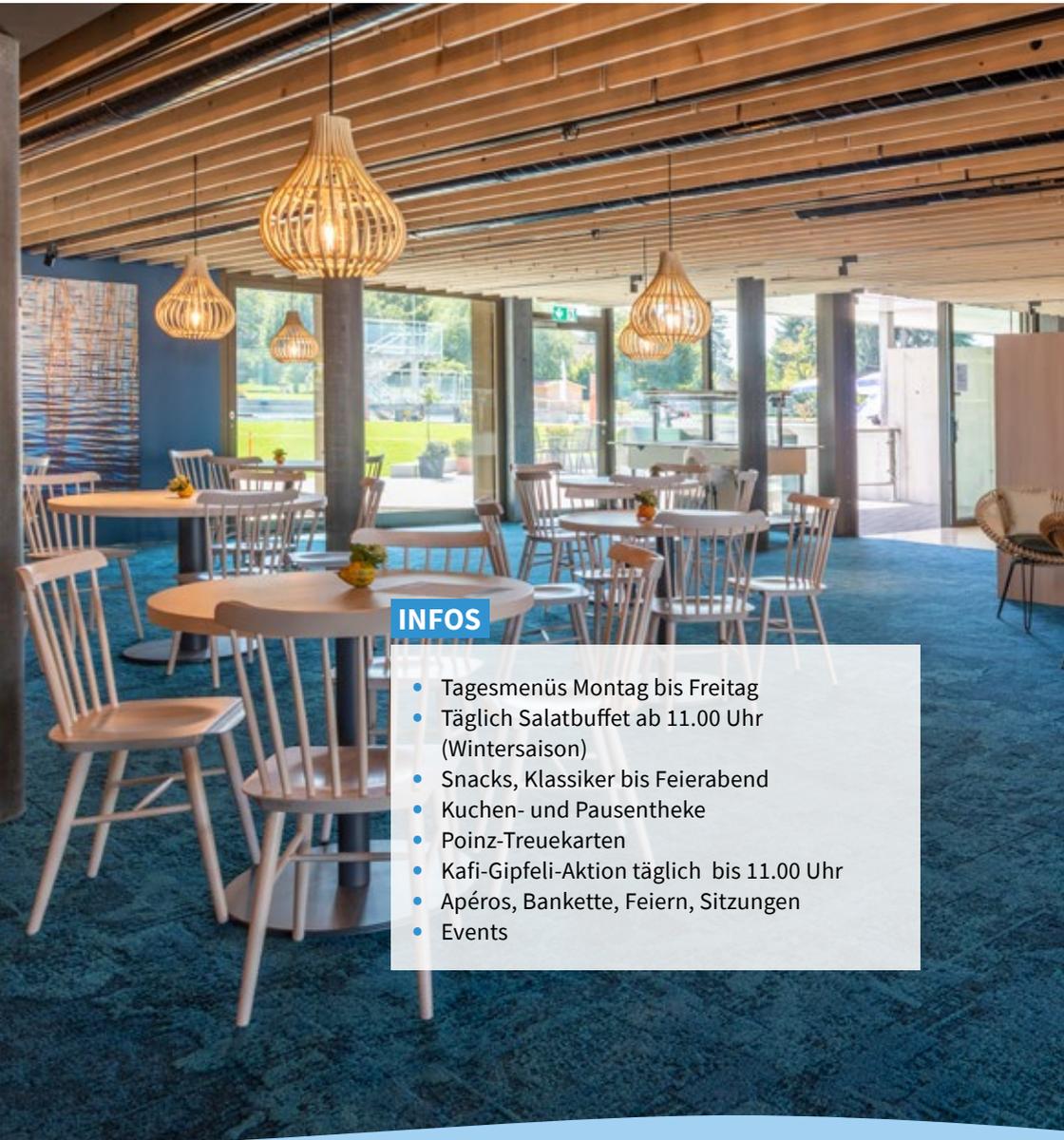
3A

RESTAURANT

KONTAKT:

E-Mail: restaurant@aquarena-ag.ch
Online: shop.aquarena-ag.ch
Telefon: 062 531 14 05





INFOS

- Tagesmenüs Montag bis Freitag
- Täglich Salatbuffet ab 11.00 Uhr (Wintersaison)
- Snacks, Klassiker bis Feierabend
- Kuchen- und Pausentheke
- Poinz-Treuekarten
- Kafi-Gipfeli-Aktion täglich bis 11.00 Uhr
- Apéros, Bankette, Feiern, Sitzungen
- Events

KONTAKT

**IN UNSEREM BADISHOP FINDEN SIE
EIN UMFASSENDES ANGEBOT AN:**

- Badekleider/Badehosen
- Badetücher
- Zubehör (Brillen, Schwimmflügel, Badewindeln, Gürtel usw.)



KONTAKTINFOS



062 531 14 00



[aquarenabuchsi](#)



badi@aquarena-ag.ch



[aquarena_buchsi](#)



www.aquarena-ag.ch



+41 76 812 79 95



**Eigenweg 10
3360 Herzogenbuchsee**

