



Eckdrift 43-45
19061 Schwerin

E-Mail
stadtwerke-schwerin
@swn.de

Zentrale
Telefon 6 33 0
Fax 6 33 11 11

Störungsdienst
Technische Störungen
Telefon 6 33 42 22
Gasgeruch
Telefon 6 33 33 60

Service-Hotline
Telefon 6 33 14 27

E-Mail
kundenservice@
swn.de

Privatkunden
Fax 6 33 14 24

Eckdrift 43 - 45
Öffnungszeiten:
Mo. 8 bis 18 Uhr
Di. 8 bis 18 Uhr
Mi. 8 bis 14 Uhr
Do. 8 bis 18 Uhr
Fr. 8 bis 14 Uhr

Mecklenburgstraße 1
Öffnungszeiten:
Mo. bis Do.
9 bis 18 Uhr
Fr. 9 bis 16 Uhr
Sa. 9 bis 12 Uhr

Geschäftskunden
Telefon 6 33 12 83
Fax 6 33 12 82

Hausanschlüsse
Anschlussbearbeitung
Telefon 6 33 35 90
bis 6 33 35 95
Fax 6 33 35 96

Leitungsauskunft
Telefon 6 33 35 27
Fax 6 33 35 21

**Kommunikation/
Presse**
Telefon 6 33 11 90

**Besichtigung
von Anlagen/
Schulinformation**
Telefon 6 33 11 90
Fax 6 33 12 93

**Stadtwerke im
Internet**
www.stadtwerke-
schwerin.de



Kundencenter geöffnet Service zwischen den Feiertagen

Schwerin • Die Stadtwerke Schwerin möchten sich für das Interesse bei den hauspost-Lesern bedanken und wünschen eine besinnliche Weihnachtszeit, ein frohes Fest und einen erfolgreichen Start in das Jahr 2012.

Während der Feiertage sind die Türen des SWS-Kundencenters wie folgt geöffnet:

Vom 27.12. bis 29.12. sind wir in der Zeit von 9 bis 16 Uhr und am 30.12. von 9 bis 14 Uhr für Sie da.

Am 24. und 31.12.2011 bleiben unsere Kundencenter geschlossen.



Paolo Bressan, Dirigent und Solorepitor am Mecklenburgischen Staatstheater, leitet das 57-köpfige Ensemble mit großem Engagement
Foto: Harald Kruse

Jugendsinfonieorchester stimmt zur Weihnachtszeit ein Festliches Adventskonzert

Schwerin • Am Sonntag, dem 11. Dezember, ist das Jugendsinfonieorchester zu Gast bei den Stadtwerken Schwerin. Mit einem Programm aus klassischen Beiträgen, bekannten Filmmusiken und ausgewählten Weihnachtsliedern stimmt es die Gäste auf die besinnliche Weihnachtszeit ein.

Im Februar 2011 wurde im Beisein der Schweriner Oberbürgermeisterin der Kooperationsvertrag für das gemeinsame Jugendsinfonieorchester der beiden Schweriner Musikschulen unterschrieben. Das Konservatorium und ATARAXIA wollen künftig ihre Kräfte bündeln, um beste Voraussetzungen für die Orchesterarbeit der Musikschüler

aus Schwerin und der Region zu schaffen. Vom Talent der jungen Musiker können sich die Gäste am 11. Dezember ab 16 Uhr im Foyer der Stadtwerke überzeugen. Bereits ab 14.30 Uhr können die Gäste auf einem kleinen Weihnachtsbasar noch schöne Dinge fürs Fest erstöbern, bei weihnachtlichem Kuchen und Gebäck sowie Kaffee, Kakao, Punsch und Glühwein gemütlich zusammensitzen und sich in festlicher Adventsstimmung entspannen, austauschen und auf das Konzert freuen. Karten zum Preis von drei Euro erhalten sie im Kundencenter in der Mecklenburgstraße 1. Sämtliche Einnahmen aus dieser Veranstaltung kommen einem gemeinnützigen Zweck zugute.



Schwerin • In diesem Jahr waren die Stadtwerke Schwerin am 9. November Gastgeber für die Veranstaltung zum Gedenken an die Programnacht vor 73 Jahren. Als Ehrengast wurde die heute in London lebende Cellistin Anita Lasker-Wallfisch (Foto li.) begrüßt. Den Gedenktag hat sie zum Anlass genommen, Schwerin und dem Konservatorium ein Geschenk zu machen: das Notenarchiv ihres 1993 verstorbenen Mannes, den international gefeierten jüdischen Pianisten und Klavier-

professors Peter Wallfisch. Die Stadt ehrte die Wahl-Londonerin für diese Gabe mit einem Eintrag in das Gästebuch der Stadt. Werke von Komponisten, die von den Nationalsozialisten verfolgt wurden, stehen im Mittelpunkt der Forschungsarbeit des Konservatoriums. Dieses Engagement wird von den Stadtwerken von Anfang an unterstützt, unter anderem mit einer Beteiligung am Festival „Verfemte Musik“. Anita Lasker-Wallfisch war bereits zweimal als Ehrengast in Schwerin mit dabei.



Eisbahnspaß am Pfaffenteich Wintervergnügen für Groß und Klein

Schwerin • Am 26. November fand, mit freundlicher Unterstützung der Stadtwerke Schwerin, die Eröffnung der Eisbahn am Südufer des Pfaffenteiches statt. Zu Gast waren die Showläufer der Rostocker Eisrevue. Mit faszinierenden Figuren, wie Pirouetten und Sprüngen, zeigten sie den Besuchern, wie grazil man sich mit viel Übung und Begeisterung auf dem glatten Untergrund fortbewegen kann. Wer sich selbst einmal ausprobieren möchte, hat bis zum 1. Januar 2012 die Möglichkeit dazu.



Fernwärmeausbauprogramm wird auch im nächsten Jahr fortgeführt

Neuer Bauabschnitt hat begonnen

Schwerin • Im Schweriner Stadtbild war das Fernwärmeausbauprogramm der Stadtwerke in diesem Jahr unübersehbar. Gleich in mehreren Straßen der Innenstadt wurden Fernwärmeleitungen verlegt. Auch im nächsten Jahr wird das Ausbauprogramm in der Landeshauptstadt fortgeführt.

Für den Klimaschutz ganz bewusst auf Fernwärme zu setzen und die Anzahl der Fernwärmekunden in Schwerin zu erhöhen, war und ist das Ziel der Stadtwerke Schwerin. Denn durch die Erhöhung der Anschlussdichte kann letztlich eine nachhaltige Verringerung des mit der Beheizung von Gebäuden verbundenen Kohlendioxid-Ausstoßes erreicht werden. Dies geschieht durch die effiziente Erzeugung im Kraft-Wärme-Kopplungsverfahren, mit der Ressourcen und Emissionen maßgeblich eingespart werden können. Damit viele Kunden von der umweltschonenden Fernwärme profitieren können, investieren die Stadtwerke seit Anfang des Jahres in den Ausbau der Versorgungsstruktur. Die Möglichkeit eines Fernwärmeanschlusses wurde mit Interesse von Hausbesitzern verfolgt und genutzt. Unter anderem wurden in der Bäckerstraße, im Lobedanzgang, in der Goethestraße (Totendamm) bis hin zur Geschwister-Scholl-Straße neue Fernwärme-

leitungen verlegt. Der nächste Bauabschnitt führt von der Graf-Schack-Allee über den Alten Garten bis hin zur Grünen Straße. Weitere Erschließungen folgen im nächsten Jahr. Für Hausbesitzer, die sich in den neuen Bauabschnitten an die Fernwärme anschließen lassen wollen, gibt es auch im nächsten Jahr die Möglichkeit der Förderung durch das Fernwärmeausbauprogramm der Stadtwerke. Nähere Informationen erhält man im Internet unter www.stadtwerke-schwerin.de oder unter der Telefonnummer (0385) 633 1818.



In der Grünen Straßen werden Fernwärmeleitungen verlegt Foto: SWS

Weihnachtsgewinnspiel 30 attraktive Preise werden verlost

Schwerin • Wie jedes Jahr laden die Stadtwerke ihre Kunden zum Weihnachtsgewinnspiel ein. Mit dem richtigen Lösungswort und etwas Glück können sich die Teilnehmer über einen der 30 attraktiven Preise freuen.

Der erste Preis ist ein hochwertiger LCD-Flachbildfernseher (81 Zentimeter). Als zweiter Preis werden zwei Karten für die Schlossfestspiele 2012 verlost. Dort wird „Der Bajazzo“ aufgeführt. Der dritte Preis ist eine Familienjahreskarte für den Schweriner Zoo. Über je einen Einkaufsgutschein im Wert von 25 Euro können sich die Gewinner der Plätze 4 bis 10 freuen. Platz 11 bis 20 erhält ein Jahreslos der „Aktion Mensch“. Die restlichen zehn Gewinner erwartet Lesevergnügen mit einem Geschenkgutschein über zehn Euro von der Buchhandlung Weiland. Teilnehmen kann jeder, der volljährig ist, ausgenommen Mitarbeiter des SWS-Unternehmensverbundes und deren Angehörige. Die Gewinner werden in der Februar-Ausgabe der *hauspost* veröffentlicht. Eine Barauszahlung der Preise ist nicht möglich, der Rechtsweg ausgeschlossen.

Was bedeuten Anlagenertrag und spezifischer Anlagenertrag einer Photovoltaik-Anlage?

Für die betriebliche Abrechnung und die Gewährung der Einspeisevergütung ist der Anlagenertrag entscheidend. Dieser bezeichnet die Strommenge, die in der Photovoltaik-Anlage über den Jahreswetterverlauf erzeugt wird.

In diesen Anlagenertrag fließen mehrere Werte ein. Neben dem Typ und der Qualität des Photovoltaik-Moduls zusätzlich auch der geografische Anlagenstandort und die Wetterverhältnisse, die die Sonneneinstrahlung beeinflussen (statische Werte des Wetterdienstes).

Außerdem werden die Ausrichtung der Module gegenüber der idealen Südlage, die Aufstellungshöhe und der Aufstellungswinkel der PV-Module berücksichtigt. Um die Leistung verschiedener Photovoltaik-Anlagen vergleichen zu können, teilt man den Jahresanlagenertrag durch die installierte Photovoltaik-Leistung und erhält so den auf einen kWp berechneten spezifischen Anlagenertrag. Dieser wird mit der Einheit kWh/(kWp*a) oder auch kWh/(kWp/a) gekennzeichnet.

NATÜRLICH JEDEN TAG.

STADTWERKE SCHWERIN

WEIHNACHTSGEWINNSPIEL

Machen Sie mit und gewinnen Sie einen von 30 attraktiven Preisen

An vielen Stellen wurde in diesem Jahr gebaut. Doch was wird in den langen Rohren transportiert, die in das Erdreich gelegt wurden? Wenn Sie den Baustellenbildern die Straßennamen zuordnen, erhalten Sie unseren vollständigen Lösungssatz. Dieser sagt Ihnen auch, mit welchem Ausbauprogramm die Stadtwerke Schwerin in diesem Jahr begonnen haben. Schreiben Sie das Lösungswort auf eine Postkarte und senden Sie diese bis zum **31.12.2011** an unsere Adresse. Vergessen Sie nicht, Ihren Namen, Anschrift und Telefonnummer anzugeben. Oder Sie nutzen einfach unsere Teilnahmekarten, die in den Kundencentern ausliegen.

Stadtwerke Schwerin GmbH
Kennwort: Weihnachtsgewinnspiel
Eckdrift 43-45, 19061 Schwerin

Ä) Marienplatz
E) Geschwister-Scholl-Straße
M) Grüne Straße
W) Fritz-Reuter-Straße
R) Theatervorplatz

Mit FERN

eine gemütliche Weihnachtszeit erleben!

Kundenservice: Telefon 0385 633-1427

www.stadtwerke-schwerin.de

Gasgeruch
Telefon (0385) 633 33 60
Technische Störungen
Telefon (0385) 633 42 22



Nahverkehr Schwerin GmbH

Ludwigsluster
Chaussee 72
19061 Schwerin
Postfach 15 01 42
19031 Schwerin

Zentrale

Telefon
(0385) 39 90-0
Fax
(0385) 3 97 61 53

Kundendienstbüro

Platz der Freiheit
Telefon
(0385) 39 90-333
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr.
13.30 - 18.00 Uhr

Fahrplanauskunft

(0385) 39 90-222

Abo-Service

(0385) 39 90-555

Tarifauskunft

(0385) 39 90-666

Leitstelle Straßenbahn und Bus

(0385) 39 90-444

Service Parken

(0385) 39 90-446

Schadens- und Unfallbearbeitung

(0385) 39 90-161
(0385) 39 90-162

Internet

www.nahverkehr-schwerin.de

E-Mail

info@nahverkehr-schwerin.de

NVS Tipp

Bitte beachten Sie die Fahrplanänderungen zwischen den Feiertagen. Im Fahrplanbuch sind die Seiten blau gekennzeichnet.



Park&Ride macht die Suche nach Parkplätzen in Schwerin überflüssig

Stressfrei in die Stadt mit Bus und Bahn

Schwerin • Statt viel Zeit und auch Geld mit der nervenaufreibenden Parkplatze-suche in der Innenstadt zu verschwenden, sollen Autofahrer die verschiedenen Park&Ride-Möglichkeiten nutzen.

Pendler aus Richtung Crivitz können in Schwerin im Bereich der Plater Straße und auch am Parkplatz in der Magdeburger Straße parken. Von der sich unmittelbar daneben befindenden Haltestelle „Neu Zippendorf“ fahren die Bahnen der Linien 1 und 2 alle sieben Minuten in Richtung Innenstadt. Auch aus Richtung Ludwigslust kann an der Ludwigsluster Chaussee geparkt und von den Haltestellen „Stauffenbergstraße“ oder „Gartenstadt“ alle sieben Minuten in Richtung Innenstadt gefahren werden.

Auf den Parkplätzen „Am Hauptbahnhof“ und „Jägerweg“ haben die Inhaber einer Dauerparkkarte die Möglichkeit, mit ihrer Parkkarte gleichzeitig die Linien des Nahverkehr zwischen Platz der Jugend und Platz der Freiheit zu nutzen.

Die Anträge für einen Dauerparkplatz gibt es unter www.nahverkehr-schwerin.de/parken/.

Auch die aus nördlicher Richtung nach Schwerin einfahrenden Autofahrer haben die Möglichkeit der Nutzung des P&R-Platzes an den Helioskliniken. Die dort ausgegebene Parkkarte kann gleichzeitig als Tages-, Wochen- oder Monatskarte für den Nahverkehr genutzt werden. Weitere Parkmöglichkeiten sind in Lankow oder in der Weststadt vorhanden.

Aus Lankow fahren die Bahnen der Linie 2 alle 15 Minuten in Richtung Innenstadt. Von der Weststadt fahren die Busse der Linien 10 und 11 ebenfalls alle 15 Minuten zur Stadt. Mit der Linie 10 kommen Sie direkt auf dem Marienplatz an und die Linie 11 hält an der Haltestelle „Friedrichstraße“. Die durchschnittlichen Kilometerkosten eines Pkw liegen bei etwa 40 Cent pro Kilometer. Täglich nur sechs Kilometer weniger zu fahren, spart im Monat bei 20 Arbeitstagen 48 Euro.

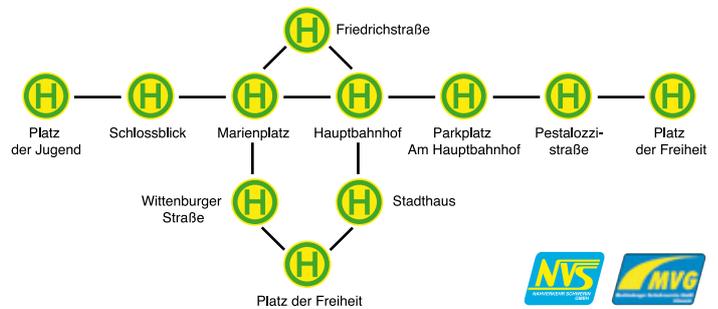
Eine Monatskarte im Stadtnetz kostet nur 38,00 Euro. Wer also täglich damit zur Arbeit und zurück fährt, zahlt für eine Einzelfahrt durchschnittlich nur 95 Cent, statt 1,50 Euro wie bei einem Einzelfahrschein. Das ist

eine Rabattierung von mehr als 36 Prozent. Zusätzlich besteht am Wochenende noch die unentgeltliche Mitnahmemöglichkeit für den Ehepartner, den Partner aus der eingetragenen Lebensgemeinschaft und alle im Haushalt des Karteninhabers lebenden Kinder bis zum vollendeten 14. Lebensjahr.

Die Monatskarte erhalten Fahrgäste an allen Fahrscheinautomaten und an den Fahrausweisverkaufsstellen. Am einfachsten ist ein Abonnement - damit kommt die Karte einfach und bequem direkt nach Hause und zusätzlich erhalten Sie ab dem 4. Monat eine Rabatt auf den Grundpreis. Anträge sind unter www.nahverkehr-schwerin.de/abonnement/ oder in den Verkaufsstellen erhältlich.

Dauerparkkarte mit ÖPNV-Nutzung

Diese Parkkarte berechtigt zur Freifahrt:



Nutzungsbereich der Dauerparkkarten des Parkplatzes „Jägerweg“ und „Am Hauptbahnhof“
Grafik: NVS

Fahrgäste in Bus und Bahnen haben es so wärmer

Türen schließen automatisch



Die Taster übermitteln den Haltewunsch und öffnen die Türen
Foto: NVS

Schwerin • In den Bussen und Bahnen der Nahverkehr Schwerin GmbH schließen sich die Türen automatisch, sobald der Einstiegsbereich länger als sechs Sekunden frei bleibt. Das ist vor allem in der kalten Jahreszeit praktisch, denn so kühlen die Fahrzeuge nicht aus und die Passagiere müssen nicht frieren.

Geraten Fahrgäste dennoch einmal in die sich schließenden Türen, müssen sie nicht in Panik verfallen. Nach kurzer schmerzloser Berührung öffnet sich die Tür sofort automatisch wieder.

Auch wenn sie auf einen Bus oder eine Bahn zugehen und sich die Tür direkt vor ihnen schließt, liegt das nicht daran, dass der Fahrer sie nicht mehr mitnehmen will. Der Türbereich war einfach lange genug frei, so dass der Türschließvorgang automatisch beginnt. Fahrgäste können die Tür nach dem Schließen mit dem Türtaster natürlich wieder öffnen und einsteigen.

Der Bus oder die Straßenbahn fahren erst los, wenn alle Türen geschlossen sind.



Der Nahverkehr wünscht allen Fahrgästen und hauspost-Lesern fröhliche Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!





SAE - Schweriner
Abwasserentsorgung
Eckdrift 43-45
19061 Schwerin

E-Mail
info@snae.de

Internet
www.saesn.de

Bei Störungen:

Telefon
(0385) 6 33 42 22

Fax
(0385) 6 33 36 56

WAG - Wasserversorgungs- und Abwasserentsorgungsgesellschaft Schwerin mbH & Co. KG
Eckdrift 43-45
19061 Schwerin

Telefon
(0385) 6 33 15 61

Fax
(0385) 6 33 15 62

E-Mail
wag@schwerin.de

Internet
www.wag-schwerin.de

17. Folge: Energiegewinnung

Aus dem Abwasser der Schweriner wird Strom und Wärme

Schwerin • Die Abwasserreihe hat in 16 Folgen gezeigt, wie verschmutztes Wasser in Schwerin gereinigt und dem natürlichen Kreislauf wieder zugeführt wird. Dass das Abwasser aber auch sehr nützlich ist und sauberen Strom sowie Wärme liefert, ist Thema dieser vorletzten Folge der Serie.

Statt alle Restprodukte aus dem Abwasser zu entsorgen, nutzt die Kläranlage Schwerin Süd die beim Faulungsprozess entstehenden Gase zur eigenen Versorgung mit Energie und Wärme. So funktioniert: Überschussschlamm wird nach dem Reinigungsprozess des Abwassers in zwei **Faultürme** geleitet. Der Schlamm wird hier erwärmt und durch Bakterien unter Luftabschluss in Wasser, Biogas, Kohlendioxid und sogenannten stabilisierten Schlamm umgewandelt. Das heißt: Der Schlamm wird auf anaerobem Wege so stabilisiert, dass es zu keinen weiteren Abbauprozessen und somit zu keinen Geruchsbelästigungen kommt. Während er anschließend als Düngemittel in der Landwirtschaft eingesetzt werden kann, gewinnt die Kläranlage aus dem Gas im hauseigenen **Blockheizkraftwerk** Energie. Klärgas ist ein Biogas, das zu 65



Bei den Faultürmen befindet sich auch das Blockheizkraftwerk, das regelmäßig von Servicetechnikern wie Dennis Dettmann gewartet wird. Fotos: maxpress/mw

Prozent aus Methan besteht. Durch seinen hohen Methan-Gehalt ist es optimal für die energetische Verwertung in Blockheizkraftwerken (BHKW) geeignet. Das Biogas dient als **Brennstoff** für einen Gasmotor. Dieser Motor treibt zur Stromgewinnung einen Generator an. Die dabei anfallende Abwärme des Motors wird als Heizwärme für die Beheizung der Faultürme und der Betriebsgebäude genutzt. Das Funktionsprinzip des BHKW ist die sogenannte **Kraft-Wärme-Kopplung**. Die Leistung beträgt 345 Kilowatt elektrische und 508 Kilowatt thermische Energie.

„Seit der Inbetriebnahme des Blockheizkraftwerkes vor acht Jahren können wir unseren Wärmebedarf jährlich weitestgehend vollständig und den Strombedarf zu beinahe 40 Prozent selbst decken“, sagt Britta Dumke, Gruppenleiterin Betrieb bei der Wasserversorgungs- und Abwasserentsorgungsgesellschaft Schwerin mbH (WAG) - Betriebsführer der Schweriner Abwasserentsorgung (SAE). Zum

Vergleich: Die Kläranlage hat im Durchschnitt einen jährlichen Strombedarf von rund 5.200 Megawattstunden. Davon kann sie im Schnitt jedes Jahr um die 2.000 Megawattstunden selbst produzieren - das entspricht der Strommenge für mehr als 500 Vier-Personen-Haushalte.

In anderen, kleineren Kläranlagen wird das Biogas einfach abgepackelt - dabei lässt sich mit dem wertvollen Rohstoff viel Geld einsparen. „Die SAE nutzt das BHKW jedoch nicht nur aufgrund der langfristigen Einsparungen bei den Energiekosten, sondern auch aus ökologischen Gründen“, sagt Britta Dumke. „Die Strom- und Wärmeversorgung mit kleinen Gas-Blockheizkraftwerken verursacht insgesamt weniger CO₂-Emissionen als die getrennte Erzeugung von Strom und Wärme. Zudem ist der Nutzungsgrad höher, weil die Wärme direkt auf der Kläranlage erzeugt und verwertet wird.“

Marthe Westphal

Gedicht

Advent

Es treibt der Wind im Winterwalde
die Flockenheerde wie ein Hirt,
und manche Tanne ahnt, wie bald
sie fromm und lichterheilig wird;
und lauscht hinaus.
Den weißen Wegen streckt sie die Zweige
hin - bereit,
und wehrt dem Wind und wächst entgegen
der einen Nacht der Herrlichkeit.
Rainer Maria Rilke

Die Geschäftsführung der WAG und die Werkleitung der SAE bedanken sich bei ihren Kunden für das entgegengebrachte Vertrauen und wünschen ein frohes Fest!

Neue Verordnung zum Schutz vor gefährlichen Keimen im Trinkwasser

Pflicht für Vermieter und Eigentümer

Schwerin • Am 1. November änderte sich die Trinkwasserverordnung. Insbesondere für Grundeigentümer, Vermieter und Wohnungsgesellschaften ergeben sich damit zusätzliche Untersuchungspflichten in der Trinkwasserinstallation.

So müssen Unternehmer und sonstige Inhaber von Wasserversorgungsanlagen, in denen sich eine Großanlage

zur Trinkwassererwärmung befindet, das Trinkwasser zukünftig an mehreren repräsentativen Probenahmestellen mindestens einmal jährlich auf Legionellen untersuchen beziehungsweise untersuchen lassen.

Legionellen sind winzige, mit bloßem Auge nicht erkennbare Bakterien, die Lungenentzündungen auslösen können. So sollten im Rahmen einer ersten orien-

tierenden Untersuchung mindestens folgende Proben entnommen und untersucht werden:

- Austritt des Trinkwassererwärmers (Warmwasserleitung),
- Eintritt in den Trinkwassererwärmer (Zirkulationsleitung) und
- jeder Steigstrang - jeweils am weitesten entfernte Zapfstelle.

Die Festlegung der repräsentativen Probenahmestellen erfordert eine genaue Kenntnis der Hausinstallation.

„Die Untersuchung auf die klassischen Hausinstallations-Schwermetalle Antimon, Arsen, Blei, Cadmium, Chrom, Kupfer und Nickel, deren Konzentration im Verteilungsnetz einschließlich der Trinkwasserinstallation ansteigen kann, könnte unter bestimmten Voraussetzungen erforderlich sein“, erklärt Dipl.-Chemiker Roland Schmal, Laborleiter der Aqua Service Schwerin Beratungs- und Betriebsführungsgesellschaft mbH (AQS).

Die AQS ist als akkreditiertes Labor ein zuverlässiger Ansprechpartner für alle Fragen von der fachgerechten Probenahme, der mikrobiologischen und chemischen Trinkwasseranalytik bis zur Beratung bei technischen Fragestellungen.

Gern geben die Mitarbeiter unter der Telefonnummer (0385) 633 34 00 weitere Auskunft.



In den Labors der AQS werden die Trinkwasserproben genau untersucht. Foto: maxpress

Kontakt

Ellerried 74
19061 Schwerin
(0385) 48 50 00
info@belasso.de
www.belasso.de

Öffnungszeiten*******
Saunawelt**

Montag bis
Freitag
10.00 bis 23.00 Uhr
Samstag/Sonntag
10.00 bis 21.00 Uhr

Fitnesswelt

Montag bis Freitag
9.00 bis 21.30 Uhr
Samstag/Sonntag
9.00 bis 19.00 Uhr

Restaurant

Montag bis Samstag
ab 17.00 Uhr
und nach
Vereinbarung
sonntags geschlossen,
jeden 2. Sonntag
Familienbrunch

Happy Bowl

Dienstag bis Freitag
ab 17.00 Uhr
Samstag & Sonntag
ab 15.00 Uhr
Montag geschlossen

Freitag 2. Dezember

Sauna ohne Ende ab
19.00 Uhr

**Sonntag 4. Dezember/
Sonntag 18. Dezember**

Familienbrunch am le-
ckeren und reichhal-
tigen Buffet. Für die
kostenlose Betreuung
der kleinen Gäste
ist selbstverständlich
gesorgt, jeweils von
10.00 bis 14.00 Uhr.

Peeling und Massage

Die aromatische
Massage mit warmen
Zimtöl entspannt Körper
und Geist. Befreit vom
Einkaufsstress kommt so
Weihnachtsstimmung
auf und der Kopf
wird frei für kreative
Geschenkideen. Die
20-minütige Massage
kostet nur 22 Euro.

Skigymnastik bietet optimale Vorbereitung auf Winterurlaub

Fit für die Piste und zu Hause

Schwerin • Mit den sinkenden Temperaturen wird auch das Wintersportgerät aus so manchem Keller hervorgeholt. Doch vor dem Urlaub auf zwei Brettern sollte nicht nur die Ausrüstung, sondern auch die Muskulatur fit gemacht werden, sonst drohen schmerzhaft Verletzungen.

Wer einen Winterurlaub auf der Skipiste verbringen will, hat so einiges zu bedenken: Neben Skis oder Snowboard gehören auch die richtige Kleidung sowie Helm und Protektoren ins Gepäck. Doch damit ist man noch längst nicht fit für die Pistengaudi. Im belasso können sich Ski- und Snow-

boardfreunde optimal auf ihren nächsten Urlaub vorbereiten. „Beim Skifahren kommt es zu einer starken Belastung bestimmter Muskelgruppen und Bänder. Einige davon, wie zum Beispiel Oberschenkel- und Rumpfmuskulatur, nehmen wir im Alltag kaum in Anspruch. Deshalb müssen sie im Vorfeld trainiert werden“, erklärt die Trainerin Jana Quade, die den Kurs Skigymnastik im belasso leitet. „Außerdem erfordert dieser Sport eine komplexe Koordination von Knie und Rumpf. Diese lässt sich mit dem Kurs deutlich verbessern. Auch die gelenkführende Muskulatur wird stabilisiert und so das Verletzungsrisiko auf der Piste erheblich minimiert.“

Effektives Ganzkörpertraining mit geringem Aufwand

Der Kurs mit Jana Quade hat aber noch weitere positive Effekte. Er erhöht Ausdauer, Beweglichkeit, Dehnfähigkeit und Kraft. So steigt die allgemeine Leistungsfähigkeit. Besonders die Bereiche Bauch, Beine, Po werden gestärkt und gefestigt. Damit ist Skigymnastik im belasso nicht nur etwas für Wintersportler, sondern ein echtes Allroundtraining für einen gesunden und fitten Körper. Der Kurs, der noch bis Ende Februar angeboten wird, findet montags 9 bis 10 Uhr und donnerstags von 18 bis 19 Uhr statt. Die Teilnahme ist für Mitglieder frei. Besucher zahlen 8 Euro. Nähere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es unter der Telefonnummer (0385) 48 50 00.



Rasante Abfahrten durch feinsten Pulverschnee - auf diese Belastungen sollten Muskulatur und Bänder vorbereitet sein

Foto: CC

Neujahrsbrunch mit Sekt

Reichhaltiges Buffet zum Genießen

Schwerin • Was gibt es Schöneres, als nach dem ganzen Silvestertrubel einmal in Ruhe zu brunchen? Das belasso lädt am 1. Januar 2012 von 12 bis 16 Uhr zum Neujahrsbrunch ein. Die Gäste erwartet ein reichhaltiges Buffet sowie ein Glas Sekt. Erwachsene zahlen 15 Euro, Kinder von 6 bis 12 Jahren 10 Euro, Kinder unter 6 Jahre frei. Um telefonische Voranmeldung wird gebeten.



Tanzend und schlemmend ins neue Jahr

Silvesterparty im belasso

Schwerin • Das belasso lädt auch in diesem Jahr wieder zu einer Silvesterfeier der Superlative. Topstimmung, Tanzmusik vom Feinsten und ein Feuerwerk, das staunen lässt machen diesen Abend zu etwas ganz Besonderem.

Mit einer großen Party am 31. Dezember feiert das belasso mit seinen Gästen feuchtfröhlich ins neue Jahr. Ein Sektempfang stimmt ab 20 Uhr auf die ausgelassene Partynacht ein. Anschließend lädt das Gala-Buffet zum stilvollen Schlemmen. DJ Ron hat einen bunten Musikmix vorbereitet und bringt die Tanzfläche zum Beben. Um Mitternacht begrüßt ein buntes Feuerwerk gebührend das neue Jahr 2012.

Der Eintrittspreis für diesen unvergesslichen Abend beträgt pro Person 89 Euro, alles inklusive. Wer sich die belasso-Silvesterparty nicht entgehen lassen will, sollte rechtzeitig anrufen und sich unter der Nummer (0385) 48 50 00 Karten sichern.

