



### Motionsbassäng - motion ger kondition

Sätt upp dina egna mål och känn tillfredsställelse när du når dem. Vår motionsbassäng på 25 meter, med tre banor, är en genväg för både kropp och själ att må bättre.



### Thermalbad - varm, varmare, varmest!

För dig som älskar heta bad! Skönare upplevelse en kall dag kan man inte önska sig och den idealiska platsen för att lära våra smättingar att simma!



### - lek och träning i vatten läker

Undervisningsbassängen är lätt tillgänglig för rörelsehindrade med en särskild handikapplift i anslutning till bassängen. Vattennivån i denna bassäng är höj- och sänkbar. Därmed är bassängen även anpassad för rehabilitering.



### Bubbelpool - porlande njutning

Låt bubblorna smeka din kropp under behaglig värme. Massage när den är som bäst. Ett utmärkt komplement, med sina 37°C, till vår bastu.



### Gym - ansträngning med resultat

Låt kroppen arbeta - din belöning kommer snabbt. Ansträngningen blir lättare när resultatet gör sig gällande. Här bygger man inte för badstranden utan för den inre känslan.



### Solarium - drömmarnas bädd

Slut ögonen och förflytta dig till vilken av världens sandstränder du önskar. En stunds ostördhet innan du brun och utvilad svalkar dig i Kaskads böljor...



### Bastu och varmrum - ett avslappnande avslut

Som avslut på en renande stund i våra bad, solarium, gym eller sitta en stund i bastun som pricken över i:et.

### Cafeteria - förfriskningar vid stranden

Sommar inomhus med glass och kaffe. Tid att prata. Ensam eller tillsammans med någon du tycker om.



### Badshop - inspirationskälla

Här finner du allt du behöver för att du och din kropp ska må bra. I badshopen finner du senaste badmodet, simhjälpmedel och de hygienartiklar du kan behöva hos oss.

### Bra att veta

Handduk och badkläder finns i begränsad omfattning till uthyrning. Tvål, schampo, kammar m m finns till försäljning. Ta gärna med dig en 5-krona till klädskapet. Värdefack finns på badplanet. För skor, kläder och värdesaker ansvaras ej.

### Badtemperaturer

Motions- och äventyrsbassänger	29° C
Thermalbad	34° C
Bubbelpool	37° C

### Undervisning och rehabilitering

Thermalbassängen är lätt tillgänglig för rörelsehindrade med en särskild handikapplift i anslutning till bassängen. Vattennivån i denna bassäng är höj- och sänkbar.

### Motionssimning tidig morgon

Två dagar i veckan har badet morgonöppet för ett uppfriskande morgondopp. En motionsrunda i bassängen och en avslappnande stund i bastun är en utmärkt start på dagen.

### Boka hela badet

Företag, föreningar, handikapporganisationer m fl kan boka hela badet lördagar och söndagar efter allmänhetens baddtid. För mer info ring kassa eller badexpedition.

### Boka skolbad

Bada med klassen - boka 2 - 4 timmar. För mer info ring kassa eller badexpedition.

### Öppettider och badavgifter

För aktuella priser och öppettider kan du ringa 0477 441 55 eller gå in på [www.tingsryd.se/kultur](http://www.tingsryd.se/kultur) och fritid/äventyrsbad. Våra turistbyråer kan också bistå med mer information.

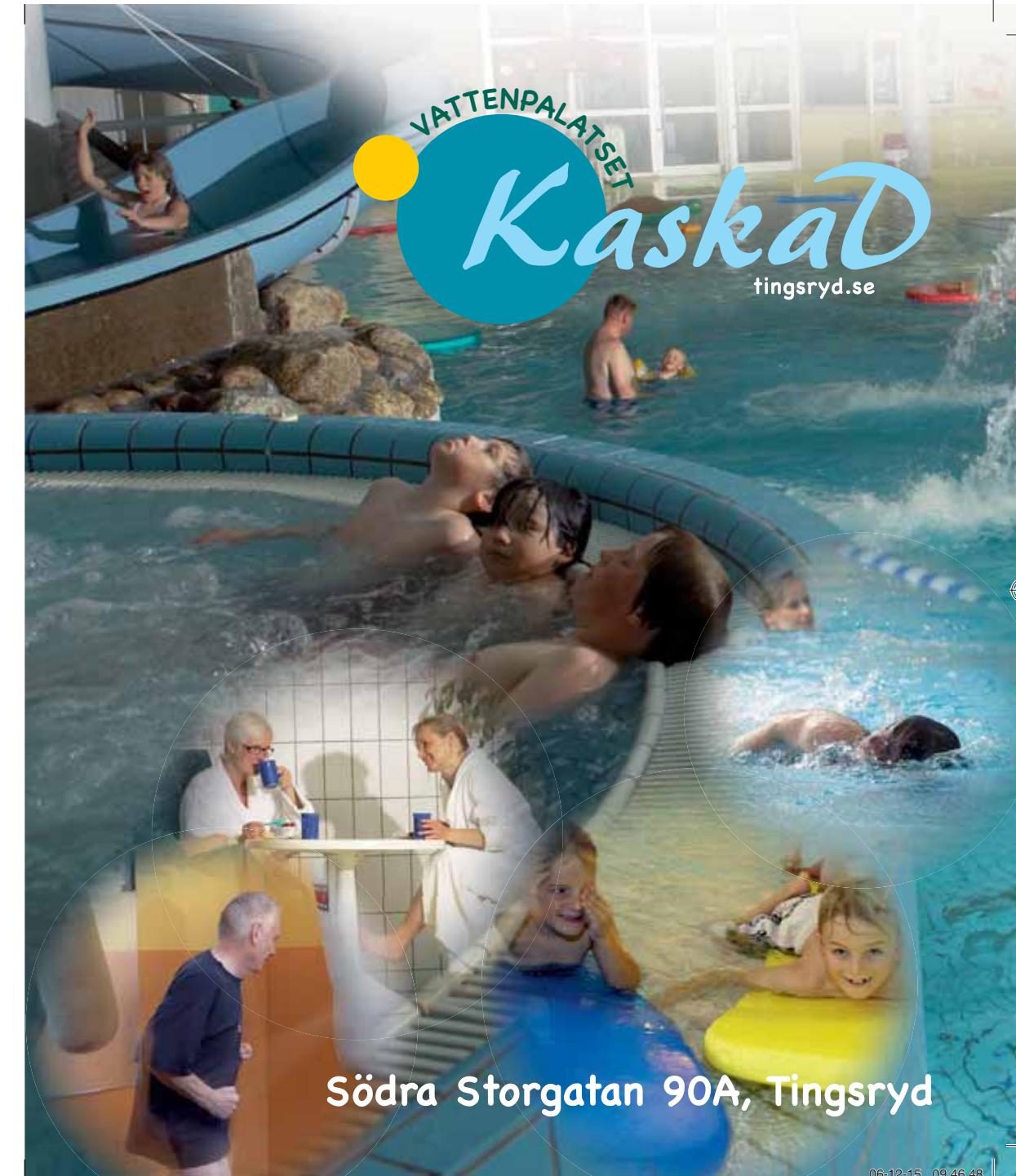
Kassan och cafeteria stänger 1 timme före badet. Sista halvtimmen är avsedd för dusch, bastu och omklädnings.

### Rabattkort eller årskort

Vi erbjuder både klippkort och årskort till förmånliga priser till dig som vill återkomma ofta.

### Telefon

Kassa	0477 441 55
Badexpedition/Café	441 56
Fax	0477 109 45
E-post	kaskad@tingsryd.se
Adress	Södra Storgatan 90A, Tingsryd



# Lek, glada rop, skratt, motion och avkoppling...

Badäventyret för hela familjen med tropiska upplevelser sommar som vinter i inomhusmiljö. Här är sommar året om. Underbar miljö och härligt tempererade bassänger där du kan välja det som passar dig bäst.

Vattenpalatset ger dig möjlighet till lek, motion och även en stunds avkoppling.

## Äventyrsbadet - lekluften som ett vattenäventyr

Äventyrsbadet är till för dig som gillar härliga vattenlekar. Här finns grotta med vattenfall, vattenkanoner och kaskader, vattenkana och en virvelkanal med en spännande upplevelse. En 37 meter lång vattenrutschbana med uppbromsningsbana som passar alla åldrar. För de mindre finns barnbassängen med elefantrutschbana.



Motionsbassäng Barnpool med elefantrutsch Virvelkanal med jetstrålar Bubbelpool Vattengrotta med vattenfall  
Vattenkanoner Vattenrutschbana Badleksaker Thermalbad Solarium Gym Bastu och varmrums Cafeteria Badshop