

BÜSUM *spontan*

Aktuelle Urlaubs-Infos
3 x die Woche gratis
Nr. 121, Mi./Do.
3+4. Mai 06

**Moin
zusammen ...**

Ein Großteil unserer Gäste verbringt nicht zuletzt wegen des gesunden Klimas seinen Urlaub hier. Speziell für die Atemwege ist ein Spaziergang an der Seeluft eine Wohltat. Und die haben wir auch bitter nötig, denn unsere Atemwege sind vielfältigen Reizungen ausgesetzt: Erkältungskrankheiten, Smog, Feinstaub, Blüten- und Gräserpollen, klassische Musik ...
Klassische Musik reizt die Atemwege?

In der Tat wird diese Erkenntnis von der modernen Medizin weitgehend ignoriert. Auch tritt die Reizung nur auf, wenn diese Musik live gespielt wird; das Anhören einer CD bedeutet keine Gefahr.
Meine Vermutung geht dahin, dass Blasinstrumente bei der Verteilung des Reizauslösers eine Rolle spielen. Besonders die Pikkoloflöte habe ich in Verdacht – denn wie sonst erklärt sich, dass gerade bei den leisen Stellen im Konzert am meisten gehustet wird ...

Schönen Tag noch

Kai Klüwer, Büsum spontan

Täglich 9.30 Uhr ab Büsum
1. Klasse fahren nach **Helgoland** mit MS **Funny Girl**
Schnellschiff mit Anti-Schaukel-System



REEDEREI CASSEN EILS
Helgolandkajüte/Ankerplatz 0 48 34/93 82 20

Gezeiten für Büsum

| | | | | |
|------|------|-------|-------|-------|
| 3 Mi | 5.01 | 11.06 | 17.20 | 23.25 |
| 4 Do | 5.40 | 11.47 | 18.03 | |
| 5 Fr | 0.10 | 6.28 | 12.37 | 18.56 |

Berechnung: Dr. J. Wesseler • Kiel • Ohne Gewähr

2x2 Karten für die „lange Saunanacht“ zu gewinnen!

Jeden ersten Freitag im Monat verschmelzen im Piraten Meer Saunagang und Party zur „langen Saunanacht“. Bis 1 Uhr nachts ist die Sauna an diesem Tag geöffnet und bietet ein buntes Erlebnisprogramm. Bei uns haben Sie die Chance,

kostenlos dabei zu sein: Einfach Donnerstag zwischen 10 und 14 Uhr unser Glückstelefon anrufen: **(04834) 96 04 84** Die Karten werden unter allen Anrufern verlost. Ob Sie gewonnen haben, lesen Sie Freitag in *Büsum spontan*.

Die Surf-Saison beginnt

Rechtzeitig mit dem Eintreffen der Warmfront erwacht langsam auch das Leben am Sandstrand. Ab sofort hat die dortige Surfschule wieder ihre Pforten geöffnet.

Wassersporttrainer Yves Suddau bietet Grund- und Aufbaukurse für Kinder und Erwachsene.

Die Grundfertigkeiten dieses Sports sind schnell erlernt: Schon nach 5-6 Tagen Theorie- und Praxiskurs kann man sich angemessen auf dem Brett bewegen.



Ein einwöchiger Grundkurs kostet 140,- €.

In Kürze wird das Programm um „Opti“-Segeln erweitert: Dieser Bootstyp ist ideal, um Kinder und Jugendliche an den Segelsport heranzuführen.

Die Surfschule ist täglich von 10 – 18 Uhr geöffnet.

Info unter 0175-8925075

KangaROOS - REEBOK - BIRKENSTOCK - KILLTEC
Marken-Lager-Direkt-Verkauf
ab **10€** **SCHUHE** ab **20€**
ab **30€**

Büsum, am Hafen • Haus des Kurgastes
4.-7.Mai 06 Öffnungszeiten: Do.-Sa. 10-18 • So. 11-18 Uhr
Veranstalter: Nero Trading GmbH • Kurze Mühren 1 • 20095 Hamburg

Puma - adidas
Sioux - rieker - Caterpillar - ara - Hush Puppies - Dockers u. v. m.

FLA - Buffalo



- Badausstattung und Zubehör aller Art
- Frottier-, Bett- und Tischwäsche
- Wohnaccessoires
- Geschenke



Inh. Thomas Reimann
Sanitär- u. Heizungsbaumeister
Hafenstr. 9 • 25761 Büsum
Tel. (04834) 22 90 • Fax 31 49 • eMail: Reimann-shk@t-online.de

Das Wetter:

Mittwoch:

Tag: 23 °C; Nacht: 10 °C

Donnerstag:

Tag: 23 °C; Nacht: 13 °C

Freitag:

Tag: 23 °C; Nacht: 11 °C



www.kachelmannwetter.de • www.unwetterzentrale.de

Was liegt an?

>> **MITTWOCH, 03.05.**

- 9:00** Vitamaris
Therap. Gruppengymnastik
Nur auf Voranmeldung
- 9:30** Mini-Maxi-Club
„Spielzeit für Kinder“ mit Rike
- 9:30** Nordseestr./Campingplatz
Naturkundliche Wattführung
- 10:00** Deichkrone/Hochhaus
Wattwanderung „Watt erleben“
- 10:30** Vitamaris
Therapeutische Atemgymnastik
Nur auf Voranmeldung
- 11:30** Ankerplatz/Reetdachpav.
Biol./Naturkundl. Wattführung
- 14:00** Bernsteinkt./Schmiedestr.
Bernsteinschleifen für Kinder
- 14:30** Freitreppe GVZ
„Kleine Radtour ins Blaue“
mit Hans
- 16:00** Büsumer Meereswelten
Haifischfütterung
- 17:00** Kurpark
Boule mit den „Nordsee-Boulern“

Programm Do. siehe Rückseite

Fahrplan 3./4.05.

- Ausflugsschiffe ab Ankerplatz**
Büsum-Helgoland 9:15 Uhr
Mi + Do, 3-4 Std. Inselaufenthalt,
Rückkehr ca. 18:45 Uhr
- Seehundsbank** (ca. 2 ½ Std.)
Mi 12:30 Do 13:00 Uhr
- Küstenfahrt in See** (ca. 1 Std.)
Mi 11:00, 15:15, 16:30 Uhr
Do 10:15, 11:30, 16:00 Uhr
- Fangfahrt in See** (ca. 1 ¼ Std.)
Mi 9:00, 11:00, 13:15, 15:15 Uhr
Do 9:00, 11:00, 13:15, 15:15 Uhr
- Reederei H. G. Rahder**
Ankerplatz • Tel. 0 48 34 / 36 12

Mittagstisch „Büsumer Pesel“
Restaurant-Café im GVZ

Mi.: Bratwurst mit Sauerkraut & Kartoffelpüree

€ 6,50

Do.: Terrine Kartoffel-Lauchcremesuppe mit Wiener Würstchen & Brötchen € 5,00

Was liegt an?

>> **MITTWOCH, 03.05.**

Fortsetzung von Seite 1

17:00 Biomaris Südstrand
 Gratis-Workshop Gesichtspflege
18:30 Jugendherberge
 Laufftreff (auch für Walker und Nordic-Walker)
19:00 Vitamaris
 „Aquadpower“
19:00 Teddyhaus/Hirtenst. Weg
 Teddybasteln
20:00 Zum Alten Spritzenhaus
 Live-Musik mit Rainer Zeikau

>> **DONNERSTAG, 04.05.**

7:30 Piraten Meer
 „Frühschwimmer“
9:30 Mini-Maxi-Club
 „Spielzeit für Kinder“ mit Rike
10:30 Deichkrone/Hochhaus
 Wattwanderung „Watt erleben“
10:30 Gäste- u. Verant'zentr.
 Konzert Büsum-Sextett
Rhythmisches aus Südamerika
12:30 Ankerplatz/Reetdachpav.
 Biol./Naturkundl. Wattführung
13:30 Vitamaris
 Schwimmen & Gymnastik
14:00 Mini-Maxi-Club
 „Spielen & Basteln“ mit Rike
14:00 Bernsteinkt./Schmiedestr.
 Bernsteinschleifen für Kinder
14:00 Piraten Meer
 Damen-Saunatag (bis 17:00)
14:00 Wetterst./Hauptstrand
 Hafenummel mit Hans
16:00 Mini-Maxi-Club
 „Eiergrog rühren & probieren“
 mit Rike
16:00 Wetterst./Hauptstrand
 Ortsbummel mit Hans
16:00 Gäste- u. Verant'zentr.
 „Seemannsliedersingen“
 mit dem Büsum-Sextett
17:00 Biomaris/Südstrand
 Gratis-Workshop Gesichtspflege
19:00 Turnhalle Neuer Weg
 Mitmachen bei der
 Seniorensportgruppe

Umland-Tipp

Insiderfahrt

Ein echter Geheimtipp sind die sogenannten Insiderfahrten auf Eiderstedt. In einem Bus geht es zu verschiedenen Stationen um dort hinter die Kulissen zu blicken. Die Fahrt startet am 3. Mai um 14 Uhr in Garding und steht unter dem Motto: *Bunte Fahrt in den Mai.*

Es werden u. a. ein Islandpferde-Gestüt und die älteste Kirche Eiderstedts besucht.

Info unter 04862/469

Gymnastik im Vitamaris

Stress, langes Sitzen und zu wenig Bewegung belasten den Bewegungsapparat. Grund genug, auch seinen Muskeln und Gelenken im Urlaub etwas Gutes zu tun.

Bei der therapeutischen **Gruppengymnastik** werden, nach einer Aufwärmphase, Gelenke mobilisiert, geschwächte Muskulatur gekräftigt und zur Verkürzung neigende Muskulatur gedehnt. Im Sinne der „Aufrichtung“ wird so den gesamten Bewegungsapparat trainiert. Musik, diverse Therapiegeräte und ein umfangreiches Übungsrepertoire fördern den Spaß bei Teilnehmern aller Altersgruppen.

Wassergymnastik

Viele Bewegungen die „an Land“ Schmerzen bereiten oder gar nicht durchgeführt werden können sind im Be-



wegungsbad möglich.

Im warmen Meerwasser unterstützt von der Auftriebskraft leitet ein Therapeut die Bewegungsbadgruppen. Mit oder ohne Gerät spielt Freude an der Bewegung, im Wasser, für Jung und Alt eine wichtige Rolle.

Wer es dagegen sportlicher mag, kommt beim „**AquaPower**“, dem Fitness-Workout im Wasser, auf seine Kosten. Für alle Kurse ist eine Anmeldung erforderlich.

Info und Anmeldung unter 04834-909 124



Boule-Spaß im Kurpark

Dreimal wöchentlich treffen sich im Kurpark die „Nordsee-Bouler“ um auf der neuen Boule-Spielfläche ihrem Lieblingssport nachzugehen.

Gäste sind dabei gern gesehen, egal ob Fortgeschrittene oder Anfänger, denn die Grundregeln des Spiels sind schnell erlernt.

Die Spielgemeinschaft um

Siegfried Hennig trifft sich mittwochs um 17 Uhr sowie samstags und sonntags ab 14 Uhr und bringen dann meistens den Rest des Tages auf der Bahn zu.

Außerhalb dieser Zeiten können Interessierte sich Kugeln beim Strandkassiererhäuschen bei der Musikmuschel gegen Pfand ausleihen.



Ärztl. Notdienst

Mi.: G. Klemm, Westerstr. 30 (0 48 34) 20 88

Do.: V. Staats, Westerstr. 30 (0 48 34) 84 44



Apotheken-Notdienst

Tertius-Apotheke, Westerstr. 39 (0 48 34) 92 39

Polizei 110

Feuerwehr/Rettungsdienst/Notarzt 112

Zahnärztl. Notdienst (04 81) 8 55 67 89



Bär & mehr

Ihr Schildkröt-Fachgeschäft

- handgefertigte Teddybären
- Teddyzubehör
- Bastelpackungen
- Sammelobjekte

... selbstverständlich handelt es sich um hochwertige Handarbeiten

Kirchenstraße 11

Tel. 0 48 34/96 49 91

geöffnet Mi-So 10-15 Uhr

www.baer-und-mehr-itzehoe.de

Spezialitäten-Restaurant

China Garden

Mittagsmenü ab € 5,90

Strandstr. 6 • Tel. 0 48 34 / 96 07 58

PREMIERE

SPORTSBAR

Biersalon

Alleestr. 36

Strandrestaurant & Café
 „Zur Perle“

- Mittwoch 03.05. -

Dithmarscher Mehlbeutel
 mit Kirschoße € 5,-

Schnitzel „Mailänder Art“ mit Spaghetti,
 Tomatensoße und Parmesan € 6,-

- Donnerstag 04.05. -

Pizza Salami € 5,-

Rinderleber mit Zwiebeln, Kartoffel-
 püree und Apfelmus € 6,-

Auch außer Haus

Direkt am Sandstrand

Nordseestraße 80 • Tel. (04834) 47 47

Fragen, Wünsche, Anregungen an die Redaktion?

Tel: (0 48 34) 96 04 80

Zur allen Post

an der Fischerkirche

Hotel und Restaurant

- heute -

Preiswerte Empfehlung im besonderen Restaurant:

Schollenfilet mit frischem deutschen Spargel, Sauce Hollandaise und Dampfkartoffeln **7.90**

Hähnchenbrustfilet, gebraten, mit Gorgonzolasauce, Bandnudeln und Salatbeilage **6.90**

Mittags und abends:

Frischer deutscher Stangenspargel

Impressum

Gesamtherstellung:

Klüwerbung

Werbeagentur & Verlag e. K.

Kai Klüwer

Möwenweg 2 • 25761 Büsum

Tel.: (0 48 34) 960 480

Fax: (0 48 34) 960 488

E-Mail:

info@kluewerbung.de

Fotos:

Klüwerbung, KTS Büsum,

Dithmarschen Tourismus

Anzeigenpreisliste

Nr. 2 vom 15.02.06