



4. Gesundheitswanderkurs vom Rhönklub Bischofsheim

Der Rhönklub Bischofsheim bietet Allen die für ihre Gesundheit aktiv werden möchten einen Kurs mit 8 Gesundheitswanderungen rund um Bischofsheim an (auch für Einsteiger).

Gesundheitswandern vereint Wandern in der Natur für die Ausdauer mit gezielten Übungen aus der Physiotherapie für Körper und Geist sowie das Vermitteln von Informationen für den Alltag zu verschiedenen Gesundheitsthemen. Die **8 Einheiten** des Kurses haben jeweils eine Dauer von circa 2 bis 2,5 Stunden. Sie finden jeweils Dienstags um 14:00 Uhr statt. Die Wanderstrecken betragen ca. 4 bis maximal 6 Kilometer und sind auch für Nichtgeübte zu bewältigen. Der Kurs beginnt am **Dienstag, den 18. April 2023 um 14:00 Uhr**. Wir treffen uns zur ersten Einheit auf dem **Wanderparkplatz am Rothsee / Bauersberg**. Die Themen und Treffpunkte aller Wandereinheiten werden bei der ersten Gesundheitswanderung bekannt gegeben. Die Wanderungen werden von den beim Deutschen Wanderverband ausgebildeten und zertifizierten Gesundheitswanderführern Wolfgang Neumann und Heinz Hüttner betreut. Der Kostenbeitrag für Bischofsheimer Rhönklubmitglieder beträgt 1,00 Euro, für andere Rhönklubmitglieder 2,00 Euro, für Nichtmitglieder 4,00 Euro pro Einheit. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Termin / Datum / Treffpunkt	Kursleiter / Wanderführer
Dienstag 18. April 2023 um 14:00 Uhr Treffpunkt: Wanderparkplatz Rothsee am Bauersberg in Bischofsheim	Heinz Hüttner
Dienstag 25. April 2023 um 14:00 Uhr	Wolfgang Neumann
Pause	
Dienstag 16. Mai 2023 um 14:00 Uhr	Heinz Hüttner
Dienstag 23. Mai 2023 um 14:00 Uhr	Wolfgang Neumann
Pause	
Dienstag 13. Juni 2023 um 14:00 Uhr	Heinz Hüttner
Dienstag 20. Juni 2023 um 14:00 Uhr	Wolfgang Neumann
Pause	
Dienstag 04. Juli 2023 um 14:00 Uhr	Heinz Hüttner
Dienstag 11. Juli 2023 um 14:00 Uhr	Wolfgang Neumann

Angepasste Kleidung und Schuhe sind notwendig. Nähere Informationen nach Anmeldung.

Haben wir euer Interesse geweckt?! Ihr könnt euch anmelden bei
Wolfgang Neumann Telefon: ☎ 09772 8800 📞 017111161145 E-Mail: wollineumann@t-online.de
Heinz Hüttner Telefon: ☎ 09772 8129 📞 01604246444 E-Mail: huettnner.h@t-online.de

Sonstige Informationen:

Bei den Wanderungen können Fotos gemacht werden. Teilnehmer, die nicht ausdrücklich widersprechen, sind mit der Veröffentlichung einverstanden.

Die Wanderführungen erfolgen ehrenamtlich. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Sollten zum Kurszeitpunkt Corona-Krisen-Verordnungen gelten sind diese einzuhalten.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme.

Wolfgang Neumann und Heinz Hüttner
im Auftrag des Rhönklub - Zweigvereins Bischofsheim - Kreuzberg e.V.