

Veranstaltungskalender

vom 18.01.2021 bis 19.03.2021

Zeit	Veranstaltung	Ort
14.03.2021 (So) 10:00 bis 11:30 Uhr	Silent Walk Ein Spaziergang ganz ohne Sprache. Einfach nur Stille pur, zum Loslassen und Genießen. Die Bewegung in der Natur lässt dich binnen Minuten den hektischen Alltag vergessen. Denn unsere "Silent Walks" durch die Küstenlandschaft und das ostholsteinische Hügelland sind eine ganz individuelle Erfahrung. Ganz egal, ob du meditierst oder einfach nur deinen eigenen Gedanken nachhängst – du bist ganz bei dir selbst und doch nicht allein. Jeder Walk dauert 1 - 1,5 Stunden. Von der Seebrücke in Rettin geht es auf direktem Weg hinein in die Natur. Am Anfang bleibt etwas Zeit zum Reden, um das Bedürfnis zu stillen. Danach wird den Rest des Weges geschwiegen. Das Tempo der Wanderung wird auf die Gruppenkonstellation abgestimmt. Es werden einfache Meditations- oder Yogaübungen vorgeführt, an denen du gerne teilnehmen kannst. Dadurch wirst du auf aktive Weise entspannt und kommst zur Ruhe. Bitte festes Schuhwerk mitbringen und bequeme, witterungsangepasste Kleidung wählen, so dass du dich bei den Entspannungs-Übungen gut bewegen kannst. Silent Walks sind für jedes Fitnesslevel geeignet. Die Silent Walks werden im Wechsel von Jessica Grapat (Seelenlauscherei Pelzerhaken) und Britta Sommer (Strandfit Sierksdorf) durchgeführt. Hinweis: Wir bitten um Verständnis, dass das Mitführen von Hunden beim Silent Walk nicht möglich ist. Veranstalter: Tourismus-Agentur Lübecker Bucht Homepage: www.luebecker-bucht-ostsee.de E-Mail: info@luebecker-bucht-ostsee.de Telefon: +49 (0)4503-7794-100 Eintritt: kostenlos	23730 Rettin Strandweg Treffpunkt: Seebrücke Rettin

14.03.2021 (So)
11:00 bis 12:30 Uhr

Geführte Lama-Wanderung in Pelzerhaken

Lamas faszinieren mit ihren großen dunklen Augen und würdevollen Bewegungen. Sie haben ein faszinierendes Wesen und sind neugierig und zurückhaltend. Auf dieser Wanderung erlebt ihr nicht nur die Natur und die Lübecker Bucht, sondern begegnet dabei Tieren, die sonst nur in ganz anderen Teilen der Erde heimisch sind.

Das achtsame Erlebnis steht im Vordergrund. Veranstaltet und geführt werden die Touren von der Diplom-Pädagogin und zertifizierten Lama-Therapeutin Ines Schneider. Das Besondere an den geführten Lama-Wanderungen ist, dass sie direkt am Strand in Pelzerhaken entlangführen. Bevor es jedoch an den Strand geht, wird Ines Schneider ihre jahrelange Erfahrung mit den Tieren mit den Teilnehmern teilen und eine Einführung zur Wesensart und zum Umgang mit den Lamas geben.

Damit dieses achtsame Erlebnis besonders bleibt, ist die Teilnehmerzahl auf 8 Personen pro Wanderung limitiert. Eine Voranmeldung ist daher erforderlich. Ein Lama wird von zwei Personen geführt. Die Mindestteilnehmerzahl liegt bei vier Personen. Für Kinder ab 10 Jahren. Kinder von 10 bis 14 Jahren können nur in Begleitung einer erwachsenen Person teilnehmen.

Anmelden könnt ihr euch in der Tourist-Information Scharbeutz an unter der Telefonnr. 04503-7794 160 oder per E-Mail unter scharbeutz@luebecker-bucht-ostsee.de

Treffpunkt der Wanderung ist am Parkplatz der Tourist-Information Pelzerhaken (Dünenweg 7, 23730 Pelzerhaken).

Veranstalter: Tourismus-Agentur Lübecker Bucht
Homepage: www.luebecker-bucht-ostsee.de
E-Mail: info@luebecker-bucht-ostsee.de
Telefon: +49 (0)4503-7794-100
Anmeldung: erforderlich
Eintritt: EUR 29,--

23730 Pelzerhaken
Dünenweg 7
Parkplatz Tourist Information
Pelzerhaken