

GESUNDHEITSWANDERUNG MIT PFIFF

18.09.2022 von 9 - 11:30 Uhr

Treffpunkt: Wanderparkplatz Walberla, Kirchehrenbach, Straße zur Ehrenbürg (gegenüber vom Gasthof "Zum Walberla").

Die DWV- Gesundheitswanderung führt unterhalb des Walberlas auf dem Skulpturenweg entlang und dann hinauf zum Gipfel. Wir werden an verschiedenen schönen Plätzen gemeinsam Kräftigungs-, Koordinations- und Mobilisationsübungen durchführen. Den Abschluss bildet eine kleine Abkühlung im Kneippbecken.

Die Wanderung beinhaltet einen Gesamtanstieg von 170 m.

Bitte etwas zu Trinken mitbringen, wettertaugliche Kleidung, Wanderschuhe und Trittfestigkeit sind erforderlich.

Kontakt: Annette Ritter, zertifizierte Gesundheitswanderführerin

Annette.ritter61@web.de oder per Whatsapp: 015776428244