



Aqua-Jogging im Waldbad Bad Bodenteich



Mit Nordic Walking ist es ganz einfach sich fit zu halten.

„Deutschland bewegt sich“

7. Walking- und Nordic-Walking-Tag mit vielen Aktivitäten

Bad Bodenteich. Bereits zum siebten Mal beteiligt sich Bad Bodenteich an der von der BARMER und dem Deutschen Heilbäderverband initiierten Gesundheitsinitiative. Zu der kostenlosen Veranstaltung am Sonntag, 17. Mai, von 11 bis 15 Uhr, im Waldbad Bodenteich, ist jeder-mann herzlich willkommen und eingeladen.

+++ Termine +++

Beruflichen Wiedereinstieg

Uelzen. Familienphase und Elternzeit sind in erster Linie ein Frauenthema. Wenn Frauen nach der Familienphase zurück in den Beruf wollen, funktioniert das nicht problemlos. Die Qualifizierungen sind veraltet, berufliche Orientierung steht an, der Kontakt zum Arbeitsmarkt muss hergestellt und die Frage der Kinderbetreuung gelöst werden. Antworten und wichtige Hinweise gibt Daniela Buerke-Büsse, Dozentin für Erwachsenenbildung, in der Koordinierungsstelle Frau & Wirtschaft, Gudesstr. 44, bei einer kostenlosen Informationsveranstaltung am Dienstag, 12. Mai, von 09.30 bis 11 Uhr. Anmeldung und weitere Informationen unter Telefon (0581) 9712615.

Natürlich steht das „Kennenlernen“ für Walking und Nordic Walking im Vordergrund, dennoch gibt es auch in diesem Jahr vieles rund um Gesundheit und Fitness:

Mit Bernd Vocht, Karsten Wunsch, Thomas Demlang sowie Werner Richter stehen vier kompetente Walking- und Nordic-Walking-Trainer zusammen mit den erfahrenen Übungsleitern des Kneipp Vereins für die Teilnehmer zur Verfügung. Die Walker können sich an unterschiedlich langen Strecken versuchen.

Unter anderem sollen auch für den Nordic Walking Park vorgesehene Route durch die Wierener Berge angeboten werden. Nordic Walking Stöcke werden ebenfalls kostenlos zur Verfügung gestellt. Das folgende Angebot wird Besuchern an diesem Tag präsentiert:

Videoganganalyse, Reha Sport im Verein, Walking Leistungs- und Fitnessstest mit therapeutischer Auswertung nach den Standards des Deutschen Walking Institutes, Kräuterapotheke, „Schnupper-Aqua-Jogging“, während der Veranstaltung Betreuung und Beratung durch Physiotherapeuten

Neu in diesem Jahr: Gerätezirkel für ein Stati-

onstraining Rückenschule zum Ausprobieren unter fachlicher Betreuung, „Aqua Step Aerobic“, „Schwing dich Fit mit dem Flexibar“, Blutdruckmessen und Blutzuckerwertermittlung, „Body-Maß Index“, Herzinfarkt-Risikoberechnung nach PROCAM, Schnupper-Geräte-Tauchen (Kinder ab 8 Jahre mit Einverständniserklärung der Eltern) und Vorführung zum Thema Handicap-Tauchen und das Fitness Frühstück ab 9 Uhr auf der Waldbadterrasse! Ein betreuter Infostand der BARMER -diegesundexperten- mit attraktivem Gewinnspiel!

Alle genannten Aktivitäten werden durchgehend und fortlaufend an diesem Tag angeboten.

Beteiligte: Kneipp Verein Bad Bodenteich mit der Walking- und Nordic-Walking Abteilung, Gesundheitsstudio „Step by Step“, Bernd Vocht, Wieren, Kurverwaltung Bad Bodenteich, BARMER, -diegesundexperten-, Uelzen, Gesundheitszentrum Karsten Wunsch, Uelzen, Frau Gundula Duwendag-Werthmann, Wahrenholz, Schwimmclub Bodenteich e.V., Dagmar Hilbig, Sonnen-Apotheke Bad Bodenteich, Gisela Schmitt, TuS Bodenteich, Angela La-pöhn, Naturheilkundepraxis

Werner Richter, Bad Bodenteich, Waldbad Kiosk, Familie Gödecke, Tauchschule Thomas Schulz, Uelzen.

Weitere Informationen über: Kurverwaltung Bad Bodenteich, Burgstraße 8 in Bad Bodenteich, Telefon (05824) 3539 oder unter www.bad-bodenteich.de

+++ Termine +++

Glaube und Kinder

Oldenstadt. „Wieviel Glaube ist für mein Kind gut?“ „Ich möchte meinem Kind nichts aufdrängen - aber wie kann ich ihm etwas von meinem Glauben weitergeben?“ Diese und ähnliche Fragen stellen sich viele Eltern von Kindern im Vorschulalter. Am Dienstag, 12. Mai, lädt der evangelische Kindergarten Oldenstadt um 20 Uhr zu einem Informations- und Gesprächsabend ein. Unter dem Titel „Glaube, der Kinder stark macht“ geht es um Grundfragen der religiösen Früherziehung. Referent des Abends ist Pastor Dirk Schliephake. Schliephake leitet den Arbeitsbereich Kindergottesdienst im evangelischen Michaeliskloster. Außerdem ist er ausgebildeter Bibelerzähler und Vorsitzender eines trägerübergreifenden Fortbildungsnetzwerkes für sozialpädagogische Fachkräfte in Kindertagesstätten.