

WANGEROOGE



7 Tage
statt
627 Euro

ab
427
Euro p.P.
bei 200,- € Kassenzuschuss



Ein rauschendes Meer, bauschige Wolken, weicher Sandstrand, dazu ein wahrhaft „reizendes“ Klima, fast ohne Pollenflug. Das erwartet Sie auf der wunderschönen Nordseeinsel Wangerooge mitten im Weltnaturerbe Wattenmeer. Lassen Sie in dieser Aktivwoche Sorgen, Hektik und Stress einfach auf dem Festland zurück. Genießen Sie Ihren Inselaufenthalt mit viel Bewegung und Entspannung, überwiegend am Strand. Stärken Sie so Ihre Abwehrkräfte und finden Sie gleichzeitig auf der autofreien ostfriesischen Insel in der Nordsee Ihre Erholung und Kraft für den Alltag.

Wangerooge heißt Sie herzlich willkommen!

LEISTUNGEN

6 Übernachtungen (zzgl. Kurbeitrag)/
wahlweise mit Frühstück oder Halbpension mit
Gesundheitsprogramm und Zusatzleistungen

GESUNDHEITSPROGRAMM

- Begrüßung und Programmbesprechung
- Aquafitness
- Entspannungs-Walk am Meer
(bei guter Witterung)
- Rückenfit
- Einführung Nordic-Walking ALFA-TEchnik
- Nordic Walking
- Atemgymnastik
- Entspannungsübungen
- „Watt für die Seele“ - Achtsamkeitsübungen
- Zirkeltraining
- Funktionsgymnastik mit Musik

ZUSATZLEISTUNGEN INKLUSIVE

- Nutzung des Schwimmbades und
Saunabereiches mit finnischer Sauna,
Biosauna, Dampfbad, Infrarotkabine,
Erlebnisdusche im Hotel
- Kostenfreies WLAN im Hotel
- Nutzung des Outdoor-Fitnessplatzes

TERMINE

0131:	25.02. – 02.03.24	A
0132:	03.03. – 09.03.24	A
0133:	17.03. – 23.03.24	B
0134:	07.04. – 13.04.24	B
0135:	12.05. – 18.05.24	B
0136:	09.06. – 15.06.24	B
0137:	16.06. – 22.06.24	B
0138:	08.09. – 14.09.24	B
0139:	15.09. – 21.09.24	B
0140:	29.09. – 05.10.24	B
0141:	27.10. – 02.11.24	A
0142:	10.11. – 16.11.24	A

PREISE PRO PERSON

bei Kassenzuschuss von 200,- Euro für das Gesundheitsprogramm

Hotel	Saison A		Saison B	
	DZ	EZ	DZ	EZ
Strandhotel Gerken mit Frühstück	427,- €	599,- €	634,- €	754,- €
Strandhotel Gerken mit Halbpension	571,- €	743,- €	778,- €	898,- €

Frei für die Insel ...

Dünen, Strand und Nordsee

Entschleunigung
unendliche Weiten
Meeresrauschen

Auf der ruhigen, gemütlichen, autofreien Insel Wangerooge mitten im UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer finden Sie den perfekten Ort um tief durchzuatmen und Ihre Aktivwoche direkt an der Nordsee zu genießen.

LebensSinne

ZENTRUM FÜR GESUNDHEIT

Telefon: 0 44 02 -9 83 93 44

E-Mail: info@lebenssinne.de

wangerooge