

# THALASSO-THERAPIEWEGE

Nutzen Sie das Nordsee-Reizklima als Therapie! 3 bis 4 Stunden Aufenthalt im Freien kommen Ihrer Gesundheit zugute. Wir empfehlen einen sanften Einstieg (Therapieweg 4), bevor Sie steigende Reize auf sich einwirken lassen (Wege 3 bis 1).



## Therapieweg W1 und W2

### Wirkreizstufe

sehr hoch

Beginnend am Haupteingang der Kurverwaltung Richtung Osten auf 677m Ostwind, dann 952m West-, 183m Süd- und 324m Nordostwind jeweils von vorn, auf 493m (Therapieweg 1) bzw. 785m (Therapieweg 2) Schutz durch Deich und Häuser, relative Reizintensität, sehr hohe Anteile Meeresluftkörper auf 1.586m mit offener See.

### Besonderheiten

Nähe ärztliche Infrastruktur, Wege in Teilen geeignet für Rollstuhl(geübte) oder Gehhilfe, hohe Anzahl von Sitzgelegenheiten, Richtungswechsel bei unzuträglicher Windrichtung.



## Therapieweg W3

### Wirkreizstufe: sehr wirksam

75% der Strecke im Windschutz, auf ca. 1.500m voller Windeinfluss je nach Gehrichtung Ost, West oder Nord.

### Besonderheiten

Voll gepflasterter Rundweg, mit Rollstuhlfahrereignung und Annäherung an die Brandungszone des Meeres mit etwa 22-minütiger Dauer hoher Reizintensität.



## Therapieweg W4 | Dorfroute

### Wirkreizstufe: noch kräftige Einwirkung

Windeinfluss Hin = Ostwind im Rücken ca. 66%, 34% Nordwind im Rücken.

### Besonderheiten

Nähe ärztliche Infrastruktur, nicht geeignet für Rollstuhlfahrer, schwierig für Rollator, stufenfrei, Richtungswechsel bei unzuträglicher Windrichtung bei Start möglich. Offene See, Gehzeit etwa 22 Min., Wege mit Sonnenschutz im Kurgebiet vorhanden, Windschutz durch Häuser und Deiche.