



### Neu im Programm der Kurverwaltung Wangerooge: Thalasso-Brainwalking

Seit dieser Saison 2016 gibt es im Programm der Kurverwaltung ein neues ganzheitlich-gesundes Sportangebot: Thalasso-Brainwalking. Thalasso-Brainwalking ist ein unterhaltsames Training für Kopf und Fuß. Die Teilnehmenden betreiben ein leichtes körperliches Training mit Nordic-Walking-Stöcken an der aerosolen Brandungszone. Das Ganze ist gespickt mit amüsanten Denksportaufgaben unter dem Aspekt der Achtsamkeit. Die Kombination aus Bewegung und Gedächtnistraining kann ganz nebenbei dem Hirnalterungsprozess vorbeugen und das Brainwalking macht in der Gruppe dabei auch noch einen riesigen Spaß.

Die Teilnahmegebühr beträgt 5,00€, wobei 1€ je Teilnehmer für das Wangerooger Walskelett gespendet wird. Die Termine und den Treffpunkt finden Sie im Online-Veranstaltungskalender auf der Internetseite [www.wangerooge.de](http://www.wangerooge.de)

885 Zeichen (inkl. Leerzeichen)

Bild: Thalasso-Brainwalking mit Sabine Eims

Für Rückfragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Kurverwaltung Wangerooge

Rieka Beewen

[rieka.beewen@wangerooge.de](mailto:rieka.beewen@wangerooge.de)

Tel.04469-99-126