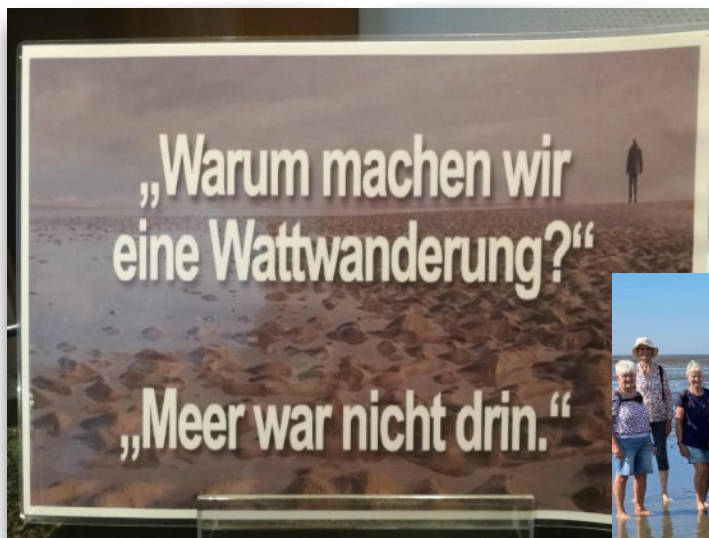


Herbst- Heigl-Tage in Sahlenburg vom 03. – 08.09.2023



In diesem Jahr konnten sich 16 heigl-freudige Teilnehmer*innen bei sommerlichen Temperaturen von bis zu 28 Grad unter verschiedenen Möglichkeiten der Orte mit Bewegung fit halten und ihre Kondition erfahren.

Eine geführte Wattwanderung von einem erfahrenen „Seebären“ durfte erlebt werden und Fragen über Fragen beantwortet werden





Während der Wanderungen / Atemgänge bekamen alle besondere Eindrücke von der wunderschönen Landschaft mit Watt, Heide, Wald und Meer

Auch die Geh- und Laufschule durfte erfahren werden



Das morgendliche Heigln auf dem Watt – oder Meeresboden war wie immer ein Erlebnis. Insbesondere für meine Teilnehmer aus den unterschiedlichsten Orten Deutschlands – München, Stuttgart , Berlin und Leipzig -;))



Und natürlich eine kleine flüssige Belohnung am Ende eines langen Tages - ☺



Mit ein bisschen Wehmut, jedoch nach fünf wunderbaren schnell verflogenen Tagen, sagen wir „Tschüß“ du schöne Heigzeit an der tollen Nordseeküste.

Im nächsten Jahr 2024 sehen wir uns wieder und erfreuen uns auf Neue!