

LVG, Schwiesaustraße 11, 39124 Magdeburg

Landesvereinigung für Gesundheit  
Sachsen-Anhalt e.V.  
Schwiesaustraße 11  
39124 Magdeburg

Tel.: 0391 / 83 64 111  
Fax: 0391 / 83 64 110  
E-Mail: [magdeburg@lvg-lsa.de](mailto:magdeburg@lvg-lsa.de)  
<http://www.lvg-lsa.de>

Ihr Zeichen

Unsere Nachricht vom

Magdeburg, 06.08.2021

## **Einladung zum Wander-Workshop am 25. und 26.09.2021 in Sangerhausen OT Wolfsberg**

Sehr geehrte Damen und Herren,

Bewegung fördert die geistige und körperliche Gesundheit. Eine in der Bevölkerung beliebte Möglichkeit körperlich aktiv zu werden ist das Wandern. Diese Sportart kann von Jung und Alt ohne viel Ausrüstung und Vorkenntnisse und sowohl alleine als auch in der Gruppe praktiziert werden. Wie man erfolgreich Wanderungen für ältere Menschen anleitet, möchten wir Ihnen in einem Workshop näherbringen.

Die Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V. lädt Sie in Kooperation mit dem Harzklub e.V. im Rahmen des Projektes „Bewegungsraum“ herzlich zum Workshop

**„Geführte Wanderungen – ein Naturerlebnis für Jung und Alt“ am 25. und 26.09.2021 im Dorfgemeinschaftshaus Wolfsberg, Wolfsberger Straße 24, 06526 Sangerhausen OT Wolfsberg ein.**

Der Workshop richtet sich sowohl an interessierte Senior\*innen sowie Gruppen- und Übungsleiter\*innen, die ein Wanderangebot in Ihrer Region umsetzen möchten. Sie lernen in diesem Workshop, wie Sie Tageswanderungen in Ihrer Umgebung planen. Die Themen erstrecken sich von Kartenkunde, über Ausrüstung und Wetterkunde bis hin zur Kommunikation in der Wandergruppe.

Im Anschluss an den Workshop möchten wir gerne die Teilnehmer\*innen im Rahmen des Projektes „Bewegungsraum“ dabei unterstützen, ein eigenes Wanderangebot für Personen ab 60 Jahren anzubieten.

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte dem Programm. Die Teilnahme am Workshop ist kostenfrei. Für Verpflegung ist gesorgt. Für eine bessere Planung bitten wir Sie, sich frühzeitig bei Frau Annika Pingel (E-Mail: [bewegungsraum@lvg-lsa.de](mailto:bewegungsraum@lvg-lsa.de), Tel.: 0391 8364 111) anzumelden. Dazu

nutzen Sie bitte den beigefügten Rückmeldebogen oder unsere Internetseite: <https://www.lvg-lsa.de/veranstaltungen/>. **Der Anmeldeschluss ist der 10. September 2021.**

Bei der Organisation und Durchführung beachten wir die in der aktuellen Eindämmungsverordnung zum Schutz vor dem Corona-Virus formulierten Hygieneregeln und Auflagen für Veranstalter.

Bei weiteren Fragen steht Ihnen Annika Pingel (E-Mail: [annika.pingel@lvg-lsa.de](mailto:annika.pingel@lvg-lsa.de), Tel.: 0391 8364 111) zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Elena Sterdt  
Landesvereinigung für Gesundheit Sachsen-Anhalt e.V.