

November	Ahlbeck	Heringsdorf	Bansin
Donnerstag 01.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Freitag 02.11.			10:30 Uhr Geocaching
Montag 05.11.			10:30 Uhr Klimawanderung
Dienstag 06.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Mittwoch 07.11.		10:30 Uhr Geocaching	
Donnerstag 08.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Freitag 09.11.			10:30 Uhr Geocaching
Montag 12.11.			10:30 Uhr Klimawanderung
Dienstag 13.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Mittwoch 14.11.		10:30 Uhr Geocaching	
Donnerstag 15.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Freitag 16.11.			10:30 Uhr Geocaching
Montag 19.11.			10:30 Uhr Klimawanderung
Dienstag 20.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Mittwoch 21.11.		10:30 Uhr Geocaching	
Donnerstag 22.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Freitag 23.11.			10:30 Uhr Geocaching
Montag 26.11.			10:30 Uhr Klimawanderung
Dienstag 27.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Mittwoch 28.11.		10:30 Uhr Geocaching	
Donnerstag 29.11.	08:30 Uhr Fit am Morgen		
Freitag 30.11.			10:30 Uhr Geocaching

Klimawanderung

Haus des Gastes
Seebad Bansin,
Strandpromenade
an der Seebrücke

Kosten:

mit Kurkarte kostenfrei,
ansonsten Preis der
Tageskurkarte

**Ausdauertraining
am Strand und durch
den Küstenwald.**

Das salzhaltige Aerosol wirkt in der Brandungszone wie ein natürliches Inhalationsgerät. Unter Ausnutzung der Brandungsaerosole am Meer und der Höhenunterschiede der Steilküste möchten wir ein Ausdauertraining mit Ihnen durchführen. (ca. 90 min.; Strecke 5,5 km; mind. 3 Pers., bitte sportl. Schuhwerk tragen)

Geocaching

Haus des Gastes, Seebad
Bansin, Strandpromenade
an der Seebrücke

Touristinformation, Seebad
Heringsdorf, Kulmstr. 33

Touristinformation, Seebad
Ahlbeck, Dünenstraße 45

Kosten: 6,50 € Mietge-
bühr GPS/Streckenbuch

**Eine elektronische
„Schatzsuche“ mit
GPS Unterstützung.**

Mit einem Streckenbuch sind die Teilnehmer selbstständig unterwegs und müssen verschiedene knifflige und einfachere Aufgaben lösen und lernen dabei die Kaiserbäder näher kennen. Ein GPS-Gerät wird den Teilnehmern zur Verfügung gestellt und nach einer kurzen Einweisung geht's los. Bitte Personalausweis zur Vorlage für Kopie mitbringen. (Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre in Begleitung)

**Fit am Morgen
Zirkeltraining**

Aktivpromenade Seebad
Ahlbeck, Dünenstraße
(600 m li. der Seebrücke
in Richtung Heringsdorf)

Kosten: mit Kurkarte
kostenfrei, ansonsten
Preis der Tageskurkarte

**Macht den ganzen
Körper fit.**

Herz-Kreislauf-Training, eine effektive Fettverbrennung, eine bessere Muskulatur oder mehr Leistung in Ihrer Sportart, das Zirkeltraining ist hier eine effektive Methode zur Zielerreichung.

**Möchten Sie selbstständig unsere
Geocachingtouren ausprobieren?**

Die Streckenbücher sind in den Touristinformationen Ahlbeck · Heringsdorf · Bansin und in unserem Onlineshop kaiserbaeder-auf-usedom.de/shop erhältlich. Viel Spaß beim „Cachen“!



**Bitte melden Sie sich für die Sportveranstaltungen telefonisch an.
Mo. – Fr. 8:00 – 15:30 Uhr**

Festnetz: 038378 24441, Mobil: 0160 5875320