

Anmeldung zum Lilienthaler Aktivpass

Bitte melden Sie sich zu den einzelnen Veranstaltungen spätestens bis zu einer Woche vorher beim Kreissportbund Osterholz e.V.
Bahnhofstraße 97a
27711 Osterholz-Scharmbeck
Email: info@ksb-osterholz.de
Tel.: 04791-5045
Fax: 04791-502102 an.

Ich melde mich zu folgender/n Veranstaltung/en an

- Aktiv mit Boccia, 24.08.21
- Wandertag, 07.09.21
- Besichtigung des Heimatmuseums, 02. 11.21

Vorname u. Name:

PLZ u. Ort

Telefon:

Email

Verein

Geburtsjahr

Lilienthaler Aktivpass

Sie möchten etwas für Ihre Gesundheit tun und gleichzeitig nette Menschen kennenlernen? Dann ist der Lilienthaler Aktivpass genau das Richtige für Sie!

Im Rahmen des Kooperationsprojekts „Aktiv & gesund älter werden“ zwischen dem KSB Osterholz e.V., dem LSB Niedersachsen e.V. und der AOK Niedersachsen wurde der Lilienthaler Aktivpass ins Leben gerufen, um ältere Menschen in und um Lilienthal zu einem aktiven und gesunden Lebensstil zu motivieren.

Der Aktivpass beinhaltet eine Reihe von Veranstaltungen, bei denen Sie in geselliger Runde in Bewegung kommen. So wird nicht nur die physische Gesundheit, sondern auch das soziale Miteinander gefördert. Durch die spezielle Auswahl von Veranstaltungsorten, die für Lilienthal bezeichnend sind, werden außerdem die Ortskenntnisse vertieft.

Bitte melden Sie sich zu den einzelnen Veranstaltungen spätestens bis zu einer Woche vorher beim **Kreissportbund Osterholz e.V.**
Bahnhofstraße 97a, 27711 Osterholz-Scharmbeck
Email: info@ksb-osterholz.de
Tel.: 04791-5045, Fax: 04791-502102 an.

Wichtig! Bei den einzelnen Veranstaltungen werden die aktuellen Corona-Regeln und Hygienevorschriften eingehalten. Eine Teilnehmerbegrenzung ist vorgesehen.

Lassen Sie sich überraschen!
Wer an allen drei Veranstaltungen teilgenommen hat, bekommt einen Überraschungspreis!

Lilienthaler Aktivpass



Aktiv und gesund leben –
und nette Menschen
kennenlernen!





1. Aktiv mit Boccia

Steigern Sie Ihre Konzentrationsfähigkeit bei einem Boccia-Spaß-Turnier und trainieren Sie in netter Gemeinschaft die funktionale Fitness bei einem Spaziergang mit dem Fitnessrucksack!

Vorkenntnisse werden nicht benötigt – Einsteiger und Geübte sind beide willkommen.

Tag der Veranstaltung: Dienstag, der 24. August 2021
Beginn der Veranstaltung: 16.00 Uhr – 18.00 Uhr
Treffpunkt: Murken's Hof
Klosterstraße 25, 28865 Lilienthal



2. Wandertag durch die Lilienthaler Gehölze

Naturerleben im Lilienthaler Gehölz macht Spaß, schult die Achtsamkeit, aktiviert die Sinne und baut vorhandenen Stress ab. Die Bewegung an der frischen Luft hat dabei positive Auswirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem. So kommt die gute Laune beim Wandern und netten Gesprächen von ganz allein.

Bitte bringen Sie wetterfeste Kleidung und gutes Schuhwerk mit!



Herbstimpressionen im Lilienthaler Gehölz und Fitness - Park im Butendieker Gehölz



Tag der Veranstaltung: Dienstag, der 7. September 2021
Beginn der Veranstaltung: 16.00 Uhr bis ca. 18.30 Uhr mit Pausen
Treffpunkt: Murken's Hof
Klosterstraße 25, 28865 Lilienthal



3. Besichtigung des Heimatmuseums im „Emmi Brauer Haus“

Inkl. Führung durch Karl-Heinz Sammy

Ein Besuch im Emmi Brauer Haus ist immer etwas Besonderes. Erfahren Sie mehr über die Geschichte Lilienthals und lernen Sie die Heimatkultur der Gemeinde kennen. Falls gewünscht, wird die Führung auf Plattdeutsch gehalten.

Die Teilnehmerzahl für die Besichtigung des Heimatmuseums ist begrenzt.

Tag der Veranstaltung: Dienstag, der 2. November 2021
Beginn der Veranstaltung: 16.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr
Treffpunkt: Klosterstraße 1 (Platzhirsch)

