



## Termine im November 2021

Mo., 01., 08. & 15. Novem-



Mit deinem Landschaftsmentor  
Deepti Statnik

### Wandern und mit Yoga entspannen

Vergesse den Alltag bei einer Erlebniswanderung in die beeindruckende Natur rund um Schalkenmehren. Landschaftsmentor Deepti Statnik lädt dich auf dieser Wanderung zu den Dauner Maaren und zum Dronketurm dazu ein, den Körper ganz neu wahrzunehmen und den Geist zur Ruhe zu bringen. Spüre und genieße bei kleinen, leichten Übungen aus dem Yoga die Wirkung dieser einzigartigen Landschaft und tanke neue Kraft und Energie.

**Uhrzeit:** 10.00 Uhr, Dauer: ca. 2 1/2 - 3 Stunden  
**Preis:** 10 EUR pro Person  
**Treffpunkt:** Michels Wohlfühlhotel, Schalkenmehren, Rezeption  
**Anmeldung:** Michels Wohlfühlhotel: Tel.: 06592 9280;  
Mail: [info@michels-wohlfuehlhotel.de](mailto:info@michels-wohlfuehlhotel.de)  
Deepti Statnik: Mail: [deepti\\_statnik@yahoo.de](mailto:deepti_statnik@yahoo.de)

Mindestens 5, maximal 12 Teilnehmer.  
Festes Schuhwerk und wettergerechte Kleidung werden empfohlen.

Di., 02. & 30. November



Mit deinem Parcoursführer  
Doris Hamm

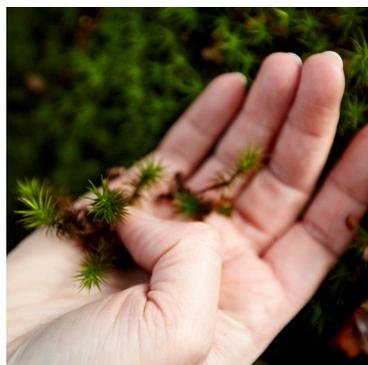
### Führung auf dem Parcours der Sinne

Doris Hamm, zertifizierte Gästeführerin des GesundLand Vulkaneifel, nimmt dich mit auf eine faszinierende Expedition: Auf 11 von 15 Stationen des Parcours der Sinne wirst du ins Staunen geraten. Auf der Balanceplattform stellst du deinen Gleichgewichtssinn unter Beweis und die Partnerschaukel schwingt dich in schwindelerregende Höhen. Bei den ganz besonderen Sinneserlebnissen auf dieser Tour erkundest und erlebst du das Wunder unserer Sinne an verschiedenen Stationen neu. Wegen der vielen Balancestationen solltest du auf festes, geschlossenes Schuhwerk nicht verzichten.

**Uhrzeit:** 13.00 Uhr, Dauer: ca. 2 Stunden  
**Preis:** 6,50 EUR pro Person, 4-14 Jährige 4,50 EUR  
**Treffpunkt:** Sportplatz Immerath, Brunnenstraße, 54552 Immerath  
**Anmeldung:** Tel.: +49 (0)179 5906315; Mail: [doris.hamm@mail.de](mailto:doris.hamm@mail.de)  
**Teilnehmer:** mindestens 2, maximal 12 Teilnehmer

Festes Schuhwerk und wettergerechte Kleidung werden empfohlen. Die Strecke eignet sich für Kinderwagen und Rollstuhlfahrer.

So., 07. & 21. November



Mit deinen Landschaftsmentoren  
des GesundLand Vulkaneifel

### Wanderung auf dem Achtsamkeits-Pfad Kleine Kyll Manderscheid

„Achtsam durch die Natur“ - Aufmerksam sein bei den kleinen Dingen. Rieche, schmecke, erfühle und genieße – ohne zu bewerten, ohne einen Gedanken an etwas anderes zu verschwenden. Nur das Innehalten und bewusste Spüren und Sich-Einlassen auf das, was gerade da ist, verschafft Beruhigung und Entschleunigung.

**Uhrzeit:** 09.45 Uhr, Dauer: ca. 2 1/2 Stunden (3-4 Kilometer)  
**Preis:** 5 EUR pro Person (4 EUR mit Gästekarte)  
**Treffpunkt:** Parkplatz Heidsmühle, Manderscheid (Mosenbergstraße 22)  
**Anmeldung:** bis spätestens samstags, 11.30 Uhr über Tel. +49 (0)6572 998 900 5 oder [manderscheid@gesundland-vulkaneifel.de](mailto:manderscheid@gesundland-vulkaneifel.de)  
**Teilnehmer:** maximal 10 Teilnehmer

**Hinweis: Bitte Anmeldepflicht beachten; Kontaktdaten werden erfasst; Mindestabstand einhalten**



So., 28. November



Mit deinem Gesundheitswanderführer Dr. André Uzulis

## Termine im November 2021

### Gesundheitswanderung um Bad Bertrich

Lasse dich von Gesundheitswanderführer Dr. André Uzulis von den Vorzügen des Gesundheitswanderns begeistern!

Diese behutsame Wanderung mit leichten gymnastischen Übungen eignet sich für alle, die Freude an sanfter Bewegung in der Natur haben oder diese entdecken wollen. Spüre, wie Koordination, Kraft und Ausdauer gestärkt werden und genieße den leichten Gesundheitssport in der einzigartigen Vulkanlandschaft rund um Bad Bertrich.

**Uhrzeit:** 10.30 Uhr, Dauer: 2-3 Stunden  
**Preis:** 7 EUR pro Person (6 EUR pro Person mit Gästekarte)  
**Ticket & Treff:** GesundLand Tourist Information Bad Bertrich, Kurfürstenstr. 32  
**Teilnehmer:** maximal 20 Teilnehmer

Jeden Mittwoch



Mit deinem Entspannungscoach Anita Otten

### Führung durch den Landschaftstherapeutischen Park Römerkessel

Werde Teil von etwas Besonderem, wenn du den einzigen Landschaftstherapeutischen Park Europas besuchst. Der Römerkessel in Bad Bertrich ist genau der richtige Ort, um sich am „Draußensein“ zu erfreuen und einfach der Sehnsucht nach Ursprünglichkeit nachzugehen. Ein Gang in die Natur tut gut und unterstützt dabei, zur mentalen Ausgeglichenheit zurück zu kehren. Diese Wirkung wirst du im Landschaftstherapeutischen Park Römerkessel ganz besonders erleben. Bei einer Führung mit Entspannungsscoach Anita Otten durchquerst du alle sieben Themengärten des Parks, deren positive, emotionale Wirkung auf das Bewusstsein sofort spürbar wird.

**Uhrzeit:** 15.00 Uhr, Dauer: ca. 1 Stunde  
**Preis:** 7 EUR pro Person (6 EUR pro Person mit Gästekarte)  
**Ticket & Treff:** GesundLand Tourist Information Bad Bertrich, Kurfürstenstr. 32  
**Anmeldung:** E-Mail: bad-bertrich@gesundland-vulkaneifel.de  
Tel.: +49 (0)2674 932 222  
**Teilnehmer:** maximal 15 Teilnehmer

Jeden Samstag



Mit deinem Landschaftsmentor Kurt Immik

### Natur-Erlebnisführung Vulkanismus trifft Neuzeit

Folge Landschaftsmentor Kurt Immik auf einen gemütlichen Rundgang um Bad Bertrich, bei dem du die schönsten Seiten der Natur entdeckst – und mit welcher Kraft sie den Ort im Üssbachtal geformt hat. Staune über die uralte Käsegrotte, die wegen ihrer besonderen Atmosphäre auch Elfengrotte genannt wird, oder über die neoromanischen Elemente der Katholischen Kirche St. Peter. Wenige Höhenmeter garantieren einen entspannten Spaziergang und gleichzeitig fantastische Ausblicke auf Bad Bertrich.

**Uhrzeit:** 13.30 Uhr, Dauer: ca. 3 Stunden  
**Preis:** 7 EUR pro Person (ermäßigt 6 EUR)  
**Treffpunkt:** GesundLand Tourist Information Bad Bertrich  
**Anmeldung:** E-Mail: bad-bertrich@gesundland-vulkaneifel.de  
Tel.: +49 (0)2674 932 222  
**Teilnehmer:** maximal 15 Teilnehmer

**Hinweis: Bitte Anmeldepflicht beachten; Kontaktdaten werden erfasst; Mindestabstand einhalten**