

## Termine Hohe Schrecke — Übersicht 01. Januar bis 03. Mai 2024



### **Bewegung im schönsten Fitnessstudio der Welt – dem Wald**

Wanderung in Kombination mit Outdoor Training zur Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewichtssinn. Geeignet auch für Senioren. Start 10.00 Uhr  
Treffpunkt: Burgwenden, an der Feuerwehr Strecke ca. 12 bis 15 km mit eingebauten Fittesseinheiten Dauer: 4 – 5 Stunden Kosten: 10 EUR p.P. Fitnesstrainer im Gesundheitssport und Outdoor Coach Kathrin Seeger Anmeldung unter: Tel. 03635 482990 oder 01726586357, k.seeger1@freenet.de Weitere Termine ab 5 Personen auf Anfrage möglich.



### **Kräuterangebote in Ziegelroda bei green kalbas**

Hereinspaziert – wandern Sie mit! In einem kleinen Tal am Rande der Hohen Schrecke im Norden Thüringens entdecken Sie Langenroda – ein kleines Dorf, idyllisch gelegen und geprägt von Gärten, ausgedehnten Streuobstwiesen und Buchenwäldern. Hier sind Sie eingeladen zum Wandern, Erholen und Genießen. Sie erleben Natur hautnah! Jede Jahreszeit hält ihre ganz speziellen Überraschungen für Sie bereit. Folgen Sie den Pfaden der Kräutersammler und Wanderlustigen. Kommen Sie mit, wenn es wiedergilt gemeinsam zu spüren, zu riechen und zu schmecken. Hören Sie Wissenswertes über das, was vor unserer Haustür wächst und gedeiht, was gesund erhält und Lebensfreude weckt. Kräuterangebote in Ziegelroda bei green kalbas Klein, aber fein. Familie Kalbas bietet zahlreiche Kräuter in ihrem liebevoll eingerichteten Blumenladen an. Hier können Sie Tipps direkt vom Gärtner bekommen! Ich bin dabei und unterstütze bei Bedarf, wenn es um die Anwendung der Pflanzen geht. Samstag, 27.4.2024 9:00 – 12:00 Uhr in 06282 Ziegelroda, Querfurter Str.25a Bitte bringen Sie auf den Kräuterwanderungen kleine Körbe für Ihr Sammelgut mit. Achten Sie bitte immer auf wetterfeste Kleidung und passendes Schuhwerk. Die Verpflegung zu den Veranstaltungen ist ausschließlich vegetarisch und mit viel Liebe zubereitet. Für Unfälle, Verletzungen und Diebstahl wird während der Wanderungen und Seminare keine Haftung übernommen. Bitte melden Sie Ihre Teilnahme bis spätestens 5 Tage vor der Veranstaltung telefonisch an. Da die Teilnehmerzahl in der Regel begrenzt ist, kann bei Überbelegung eventuell ein alternativer Termin angeboten werden.

Bei weniger als 5 Teilnehmern und „Extremwetterlagen“ bleiben Änderungen vorbehalten. Für die „Krautfrau“ gelten die Bedingungen gemäß separatem Flyer. Wir nutzen jede Veranstaltung, um auch ganz praktische Dinge zu lernen, manchmal spielen wir etwas, manchmal singen wir – lassen Sie sich überraschen! Weitere Veranstaltungen finden nach Absprache bzw. Vorankündigung statt. Sie können mich gerne auch buchen. Sprechen Sie mich einfach an. Herzlich willkommen! Ihre Andrea Bachmann Dorfstr. 38, 06571 Langenroda Tel. 034672-91326 [www.allerleigrün.de](http://www.allerleigrün.de)



### **Frühlingserwachen Kraft der Natur - Die Natur als "Lebewesen" betrachten**

Beschreibung: Die Natur befindet sich im ständigen Wandel. Pflanzen, die heute noch zierlich und klein sind, werden morgen groß und kräftig sein. Was heute alt und groß, wird sich in Zukunft wieder in eine Krume des Bodens verwandeln. Der Kreislauf des Lebens kann auf alles bezogen werden. Wir werden in kleinen speziellen Wahrnehmungsübungen die Natur beobachten und an vielen Beispielen dem Rhythmus der Natur folgen. Aus aktuellem Anlass werde ich auf die klimatischen Veränderungen eingehen und sowohl die Chancen, als auch die negativen Auswirkungen beleuchten. Toureninfo: Schwierigkeitsgrad: leicht bis mittel Wildnispädagogische Wanderung Verpflegung/Ausrüstung: Proviant p. P., mind. 1l Getränke, einen Rucksack, Wanderschuhe bzw. festes Schuhwerk, Kleidung der Witterung entsprechend sowie eine Sitzunterlage Mind. 6 TN, max. 18 TN Gebühr: 12,00 EUR p. P., Kinder 6 bis 11 Jahre 6,00 EUR p. P., Kinder 0 - 6 Jahre frei, Familien bzw. Gruppen ab 4 Personen - Preis auf Anfrage Kategorie: Familien, Kinder, Schulklassen, Vereine / Natur, Wanderung, Pflanzen, Bäume, Tiere (für Kinder ab 6 Jahre geeignet!) Beginn: 10:00 Uhr Dauer: ca. 4 Std. Anmeldung unbedingt erforderlich! Tel.: 0174/6390086 und E-Mail: [naturerlebnis@napaetour.de](mailto:naturerlebnis@napaetour.de) Treffpunkt: Wanderparkplatz Hauteroda (Bushaltestelle)



**03.05.2024**

**04.05.2024**

**05.05.2024**

### **Kräuter oder grünes (Un)Kraut - satt, gesund, schön und entspannt**

Es erwartet Sie eine spannende Reise in die Welt der Frühjahrskräuter. Sie erkunden die Geheimnisse der wilden Grünen

am Wegesrand, erfahren mehr über die Rolle der Pflanzen in unserem Leben, lernen schmackhafte und heilsame Wildpflanzen kennen sowie erkennen und erfahren, wie sie gesammelt und getrocknet werden. Gemeinsam verarbeiten wir Kräuter zu gesunden Köstlichkeiten, pflegenden Salben oder heilenden Tinkturen. Märchen, Mythen und sinnreiche Sprüche sorgen für die nötige Kurzweil und Entspannung. Hinweis: Teilnahme nur nach Anmeldung möglich, kostenpflichtig  
Referentin P. Kohlmann Ländliche Heimvolkshochschule Thüringen e.V. Kloster Donndorf, Tel.03 46 72 / 8 51 0,  
LHVHS@klosterdonndorf.de

---