



# GESUND

## DURCH HERBST & WINTER

# GESUNDHEITSTAG AM 28. September 2024

**13.00 - 17.00 UHR**

**ODENWALD-THERME & WANDELHALLE**

Standort Therme - Fitnessprogramm im Wasser



**13:30 - 13:50 Uhr**  
Aqua-Gelenk-Mobilisierung

**15:30 - 15:50 Uhr**  
Aqua-Cycling

**16:50 - 17:40 Uhr**  
Stunde der offenen  
Salzgrotte (Schnupperzeit)

**14:00 - 14:20 Uhr**  
Aqua-Power

**16:00 - 16:20 Uhr**  
Aqua-Dance

**14:30 - 14:50 Uhr**  
Aqua-Entspannung

**16:30 - 16:50 Uhr**  
Aqua-Cycling

**10:00 - 14:00 Uhr**  
**SCHNUPPER-WATSU**  
im Therapiebecken -  
Herr Reinhold Kriesche  
begrüßt Sie!

**15:00 - 15:20 Uhr**  
Aqua-Gymnastik

## Standort Gymnastikraum Therme (1. Etage)

### Vortrag 1

**13:30 - 14:15 Uhr**  
Herr Dominik Dicks,  
Ärztzentrum Bad König

**Thema:**  
Herz-Kreislauf-Erkrankungen



### Vortrag 2

**14:45 - 16:15 Uhr**  
Oswin Jäger,  
Therapiezentrum Jäger

**Thema:**  
Fachvortrag Hüft- und  
Knieschule bei Arthrose

- Im Foyer der Odenwald-Therme erwartet Sie unsere Therapieabteilung und Silke Weyrauch (Gymnastik- und Aeorobic Trainerin) zur Beratung.
- Spielen Sie von 14 -16 Uhr Boule auf der Piazza/Wandelhalle.

## Standort Wandelhalle



**14:30 - 17:00 Uhr**

Odenwälder Intuitiv-Künstler stellen ihre  
Heil-Künste vor:

- Ute Hayen (Klänge mit Klangschalen und Gong)
- Ruth Langhans (Seelen- und Heilmusik am Piano)
- Ernst Volk (Klangmassage mit Klangliege)
- Heike Jäger (Farb- und Klangtherapie, Klangschalen-Meditation)
- Christina Maria Zill (Intuitiver Tanz und Bewegung)

**In Zusammenarbeit mit dem Sportkreis Odenwald e.V.**

Fitnessprogramm im Wasser im Eintritt enthalten, Fachvorträge Gymnastikraum & Programm Wandelhalle sowie Wandertouren kostenfrei.