



VERANSTALTUNGEN | EVENTS

Juli 2022

Gemeinde Kirchhundem
Hundemstraße 35, 57399 Kirchhundem

www.kirchhundem.de
Tel.: 02723 / 409-0

- Angaben ohne Gewähr -
Stand: 21.09.2023

- 20.07.2022, 14:30 Uhr **Waffeltag im Haus des Gastes, Oberhundem**
Haus des Gastes
- 23.07.2022, 10:00 Uhr **Yoga für Jugendliche, Oberhundem**
Kurpark Oberhundem
mit Yogatrainerin und Coach Jutta Döbbener
Du bist zwischen 12 und 17 Jahren, hast schon Yogaerfahrung oder möchtest Yoga kennenlernen?
Dann ist diese Yogastunde genau das Richtige. Die Kombination aus Yin Yoga, Hatha Yoga und Meditation in der Natur ermöglicht es dir, deinen Körper zu kräftigen, deine Muskeln zu stärken und deinen Geist zu entspannen. In einer entspannten Atmosphäre wirst du dein Selbstbewusstsein fördern, deine Flexibilität verbessern, Stress abbauen und zur Ruhe kommen.
Sollte das Wetter nicht geeignet sein, findet die Stunde im Innenraum des Haus des Gastes statt.
Kosten: 18,00 €
- 24.07.2022, 06:00 Uhr **Schwarz-Licht Morgenstimmung im Schwarzbachtal, Rhein-Weser-Turm**
Treffpunkt: Parkplatz Gasthof Zur Hahnenquelle
Morgenwanderung mit dem Ranger zum Sauerland-Seelenort Haus Schwarz
Die begleitete Wanderung schenkt Ruhe und Zeit für eine intensive Wahrnehmung der Stille und der besonderen Stimmung beim Übergang von der Nacht in den Tag. Der Weg führt vorbei an sattgrünen Fichten und gurgelnden Bächen und eröffnet schließlich den Blick auf das Schwarzbachtal bei Sonnenaufgang. Nach der rund 12 km langen Morgenwanderung (mittlere Schwierigkeit) mit aufschlussreichen Informationen rund um das Naturschutzgebiet Schwarzbachtal erwartet alle Wanderer im Gasthof Zur Hahnenquelle ein reichhaltiges Frühstück.
Um festes Schuhwerk und der Witterung angepasste Kleidung wird gebeten.
Informationen zur Wanderung: Ralf Schmidt, Ranger Landesbetrieb Wald und Holz NRW, mobil: 0171-5871691.
Kosten: 28,00 €
- 24.07.2022, 15:00 Uhr **Kurkonzert mit dem Akkordeon Orchester Siegerland, Oberhundem**
Haus des Gastes