

*Entspannen, entdecken & erleben:*  
**Aktives Urlaubsglück in der Lübecker Bucht**

**Scharbeutz.** Glück ist, wenn man den Moment aktiv gestaltet. Der Urlaub in der Lübecker Bucht bietet hierzu jede Menge Möglichkeit und Vielfalt; von der aktiven Entspannung am Strand, über geführte Radtouren durch die schöne Ostseelandschaft bis hin zu Spiel- und Erlebnisangeboten für Kinder im Rahmen der „Bucht der Abenteuer“.

Aktiv durch den Sommer: Entspannung heißt nicht zwingend, sich auf das Sofa fallen zu lassen und die Füße hoch zu legen. Bewusste Entspannung ist ein durchaus aktives Erlebnis. Bei harmonisierenden Bewegungen sorgen gleich mehrere Angebote am Strand dafür, dass man neue Kraft tankt, den Körper und Geist erfrischt und sich und der inneren Balance etwas Gutes tut. Am „Strand deines Lebens“ können Gäste mit Qi Gong, Kundalini Yoga, Yoga, Strandgymnastik, dem Trendsport Smovey oder auch dem etwas exotischeren SUP-Yoga auf der Ostsee innehalten, den Alltagsstress ausblenden und einen Moment der be-

wussten und kraftvollen Ruhe erleben.

Für ein aktives Naturerlebnis sorgen die geführten Nordic Walking-Touren, die am Strand entlang und auch durch das angrenzende Binnenland führen. Bei stärkenden Bewegungen lernt man die schönsten Fleckchen der Ostseelandschaft in der Lübecker Bucht kennen. Erfahrene Nordic Walking-Guides verraten hierbei Tipps & Tricks und wer sich dafür interessiert, der erfährt von den „regionalen Wissensträgern“ auch die eine oder andere Anekdote aus der Region.

Eine beliebte Freizeitbeschäftigung während des Ostseeurlaubes ist auch das Radfahren, für das sich die Landschaft mit weitem Blick und klarer Luft besonders gut eignet. Die geführten Entdecker-Touren laden zum entspannten „nature-seeing“ ein und die Thementouren steuern idyllische Ziele an. So geht es mal zu den liebevoll restaurierten Gutshäuser des Binnenlandes oder zum familienorientierten Karls-Erlebnisdorf, wo es neben vielen Kinderattraktionen auch



*Sonja Zastrow, Produktmarketing Tourismus-Agentur Lübecker Bucht (vordere Reihe, dritte von links) und Hansjörg Conzelmann (rechts), Veranstaltungen Tourismus-Agentur Lübecker Bucht, mit den Kinderanimateuren der Tourismus-Agentur Lübecker Bucht (links) und Trainer des Aktivprogramms (rechts).*

eine Marmeladenküche gibt, denn bei „Karls“ dreht sich (fast) alles um die beliebteste Sommerfrucht - die Erdbeere.

„Die Bedürfnislage unserer Gäste ist heute eine etwas andere, als noch vor einigen Jahren. Neben der schönen Natur, der Ostsee und dem feinen Sandstrand, wünschen die Urlauber auch aktive Angebote für die Frei-

zeitgestaltung. Wir freuen uns, gemeinsam mit den regionalen Anbietern eine große Vielfalt an Aktivitäten in der Lübecker Bucht zu haben“, erklärt Hansjörg Conzelmann von der Tourismus-Agentur Lübecker Bucht. Einen Überblick über alle Termine und Veranstaltungsorte bietet die Website der Tourismus-Agentur unter [www.luebecker-bucht-ostsee.de](http://www.luebecker-bucht-ostsee.de).