



SIERKSDORF
HAFFKRUG
SCHARBEUTZ



www.luebecker-bucht-ostsee.de

Fitness im Urlaub

Bewegung an Land und Strand



Yoga am Strand.

Lübecker Bucht. Geführte Radtouren, Yoga am Strand und vieles mehr sorgen neben Erholung und Freizeit-Spaß im Urlaub für gesunde Bewegung.

Geführte Radtouren bis in den Herbst hinein
Auf verschiedenen geführten Radtouren entlang des Küstenstreifens und durch das Binnenland kann die Urlaubsregion mit einem ortskundigen Guide entdeckt werden. Den ganzen Sommer hindurch und bis in den Herbst hinein führen die Touren in Richtung Hasselburger Wassermühle, Schloss Eutin, Museumshof Lensahn, an die Binnenseen des Hinterlandes oder über den bekannten Mönchsweg. Die letzte Tour findet am 1. November statt. Über die Tourenangebote informiert der Veranstaltungskalender der Tourismus-Agentur Lübecker Bucht. Das Tragen eines Fahrradhelmes wird dringend empfohlen. Die maximale Teilnehmerzahl ist auf 15 Personen begrenzt. Gemäß der Corona-Richtlinien werden die Kontaktdaten der Teilnehmer erfasst; um eine Anmeldung im Vorwege wird gebeten.

Yoga am Strand

Verschiedene Yogaarten in verschiedenen Orten und an verschiedenen Tagen stehen bei der Veranstaltungsreihe „Yoga am Strand“ zur Auswahl. In **Rettin** an der kleinen Seebrücke wird montags und donnerstags jeweils um 9 Uhr zur Yogastunde eingeladen (letzter Termin: 20. August). In **Scharbeutz** am Aktionsstrand nahe der Seebrücke treffen sich die Yogini jeweils mittwochs um 9 Uhr zum Kundalini-Yoga (letzter Termin: 29. August). Freitags um 9 Uhr findet Hatha-Yoga in **Haffkrug** am Aktionsstrand, Höhe Seebrücke statt (letzter Termin: 28. August). Und auch in **Sierksdorf** an der Pfingstbeek-Promenade kommen Yogafreunde freitags ab 9 Uhr auf ihre Kosten (letzter Termin: 25. August). Handtuch oder Yogamatte sind mitzubringen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich; die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Kontaktdaten werden coronakonform vor Ort erfasst. Das Angebot ist für die Teilnehmer kostenfrei. Veranstalter ist die Tourismus-Agentur Lübecker Bucht. (red/he)