

# Radeln, Yoga, Fitness: Lübecker Bucht kommt in Bewegung

Für den aktiven Erholungsurlaub sind die diesjährigen Sportangebote der Tourismus-Agentur Lübecker Bucht gedacht

**Ostholstein.** Geführte Radtouren, Yoga am Strand und „Functional Fitness“ haben die Mitarbeiter der Tourismus-Agentur Lübecker Bucht (Talb) organisiert. Sie wollen damit neben Erholung und Freizeit-Spaß im Urlaub auch Bewegung bieten. Auf geführten Radtouren entlang des Küstenstreifens und durch das Binnenland kann die Urlaubsregion entdeckt werden. Die Touren führen zur Hasselburger Wassermühle, zum Schloss Eutin, zum Museumshof Lensahn, an die Binnenseen des Hinterlandes oder über den Mönchsweg. Die letzte Tour findet am 1. November statt. Das Tragen eines Helmes 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.

Verschiedene Yogaarten in verschiedenen Orten und an verschiedenen Tagen stehen bei der Veranstaltungsreihe „Yoga am Strand“ zur Auswahl. In Rettin an der kleinen Seebrücke lädt Inge montags und donnerstags jeweils um 9 Uhr zur Yogastunde ein, letzter Termin: 20. August. In Scharbeutz – am Aktionsstrand nahe der Seebrücke – treffen sich Yoga-Fans mit Trainerin Anna jeweils mittwochs um 9 Uhr zum Kundalini-Yoga, letzter Ter-

min: 29. August. Freitags um 9 Uhr findet Hatha-Yoga mit Jessica in Haffkrug am Aktionsstrand (Höhe Seebrücke) statt, letzter Termin: 28. August. In Sierksdorf an der Pfingstbeek-Promenade führt Britta mit Yogaübungen dienstags ab 9 Uhr in den Tag, letzter Termin: 25. August.

Handtuch oder Yogamatte sind mitzubringen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnehmerzahl ist begrenzt und Kontaktdaten werden vor Ort erfasst. Das Angebot ist für die Teilnehmer kostenfrei. „Functional Fitness“ setzt auf freie

Übungen zur Stabilisierung und Stärkung des Bewegungsapparats. Treffpunkt ist mittwochs von 18 bis 19 Uhr am Rasenplatz vor der DLRG-Hauptwache am Dünenweg in Pelzerhaken. Letzter Termin: 2. September. Eine Anmeldung ist erwünscht unter Telefon 0170/868 41 93 oder per E-Mail an [info@pelzifit.de](mailto:info@pelzifit.de). Das Angebot ist für die Teilnehmer kostenfrei.

**Alle Angebote** sind online zu finden unter [www.luebecker-bucht-ostsee.de/veranstaltungskalender](http://www.luebecker-bucht-ostsee.de/veranstaltungskalender).



Yoga am Strand gibt es in vier Orten der Lübecker Bucht: Das ist ein Angebot der Talb. FOTO: TALB (HFR)