



# „Kraft und Balance, mit festem Tritt beweglich!“

Liebe Seniorinnen und Senioren in der Verwaltungsgemeinschaft Mauern,  
wir laden Sie recht herzlich ein, zu einer

## Gesundheitswanderung



am Donnerstag, 05. Juni 2025  
von 9 Uhr bis ca. 11 Uhr

Treffpunkt: Gasthaus Schnaitl, Wang  
Parkplätze vor Ort

Anschließend besteht die Möglichkeit  
zur Mittagseinkehr im Gasthaus Schnaitl.



Bewegung ist eine Wohltat für Körper, Geist und Seele und hilft dabei,  
lange mobil und selbständig zu bleiben. Erfahren Sie bei der Wanderung,  
wie wohltuend Bewegung an der frischen Luft ist! Dabei macht unsere  
Referentin immer wieder „bewegte Pausen“ und zeigt leichte, aber wirkungsvolle  
Übungen, die sich einfach im Alltag umsetzen lassen. All Das und Vieles mehr  
erfahren Sie in diesem Angebot.  
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Mitzubringen: Rucksack mit Getränk! Festes Schuhwerk,  
wetterangepasste Kleidung, Sonnenschutz.



Wegstrecke: ca. 4,5 km, auf überwiegend Forstwegen mit leichter Steigung.

Referentin: Gaby Gaudlitz, Gesundheitswanderführerin

**Mitfahrgelegenheit von Mauern nach Wang mit dem VG-Bus.**

**Wir bitten um Anmeldung bis 03.06.2025 bei Christine Lutz, VG Mauern,  
Telefon 08764/8948.**

*Wir freuen uns auf Sie!*



Renate Klossek  
Seniorenbeauftragte  
der Gemeinde Wang