

Gemeinsam laden wir Sie herzlich ein zur Veranstaltung:

„Erlebnis Radwandern“



Tipps für Radtouren und Radreisen

Termin: Freitag, den 29.04.2011
Ort: Seminarraum
im Corpus – Sport und Gesundheitszentrum
Giesenweg 19, 26133 Oldenburg

Willkommen sind alle, die sich für das Thema Radtouren, seien es organisierte Reisen, Tagesunternehmungen oder individuelle Ferntouren interessieren.

Sie bekommen durch Vorträge (s.u.) Anregungen für schöne Reiseziele als Gruppenfahrt oder als Einzelreisender. Weiterhin können Sie sich austauschen über Tourenpläne, eigene Erfahrungen weitergeben oder von Erlebnissen anderer für die Planung eigener Touren profitieren.

Zusätzlich steht Ihnen Herr Martin Switalla („EXTERNUM“) mit Tipps zum Thema „Fahrradergonomie – technische Ausstattung und richtiges Sitzen u.a. zur Entlastung der Wirbelsäule“ zu Gespräch und Beratung zur Verfügung.

Wir bewirten Sie hierbei gerne mit Getränken und Knabbereien.

Geplanter Ablauf:

16:00 Uhr Begrüßung der Gäste (T. Haase, Dr. W. Oschkenat)
Vorstellung Individualreise „**Ostsee Radweg – Lübeck nach Stralsund**“ (T. Haase)
Zeit für Fragen
17:00 Uhr Vorstellung Gruppenreise „**Magie der Gärten – Südengland**“ (T. Haase)
Zeit für Fragen
Ab 18:00 Uhr **Erfahrungen austauschen – Informieren – Beraten (lassen)**
„Klönsschnack“ rund um Radtouren im In- und Ausland

Auskunft erteilen: Thorsten Haase ☎ 0441 - 570683-17
Dr. med. Wolfgang Oschkenat ☎ 0441 - 42212