

Heiglfreizeit in Sahlenburg bei Cuxhaven

vom 05. - 10.09.2021

Heiglfreizeit mit Doris Brüning

Auch in diesem Jahr durfte die Heiglfreizeit an der Nordseeküste in Sahlenburg bei Cuxhaven auch unter Coronabestimmungen stattfinden. Eine große Gruppe versammelte sich aus Nah und Fern - u.a. aus Leipzig, Speyer und Langenargen am Bodensee - um die frische Nordseeluft zu schnuppern und sich mit den Heigl - Übungen fit zu machen.



Die verschiedenen Landschaftsangebote wurden auskostenet, egal ob am Strand im Sand, auf dem Meeresboden, in der Duhner Heide oder direkt am Haus Stella Maris mit der Lauf- und Gehschule. Sowohl das Morgenprogramm als auch der Nachmittag hatten seine Reize, egal wo wir uns aufhielten.



Auch kam ein Nachmittagsausflug in dem schönen Cuxhaven nicht zu kurz. Bei Sonnenschein und bestem Wetter besichtigten wir die „Alte Liebe“, genossen im Alten Fischereihafen vor dem Chanty - Chor - Haus mit Blick auf die alten Kutter den leckeren Kuchen und den Kaffee. Die Kugelbake durfte am Ende des Ausfluges dabei nicht fehlen



Nach ein paar schönen gemeinsamen Tagen konnten alle Teilnehmer/innen nun erholt, gut gelaunt und auch sehr viel beweglicher in den Alltag zurückkehren. Die Erinnerungen bleiben und im kommenden Jahr 2022 im April und September stehen die Termine schon fest. Ein herzliches Dankeschön an Alle die an der Freizeit teilgenommen haben!

