

Liebe Sportler und interessierte  
Familienmitglieder und Wanderfreunde!



**herzhhaus**  
Reha - Sport e.V.

# Wir laden Sie zum Herzwandertag ein

**9. Mai 2015 (Sa)**

**9:30 Uhr**

**Treffpunkt: Tegel**  
s. Rückseite

**Eine Wanderung mit allem, was das Herz begehrt:**



**Nette Gesellschaft**



**Professionelle Begleiter**



**Schöne Wanderstrecken**



**Leckere Suppe**

Infos unter: [www.herzhhausberlin.de](http://www.herzhhausberlin.de)

Die Teilnahme an der Wanderung ist kostenfrei.

## Das Wichtigste auf einen Blick:



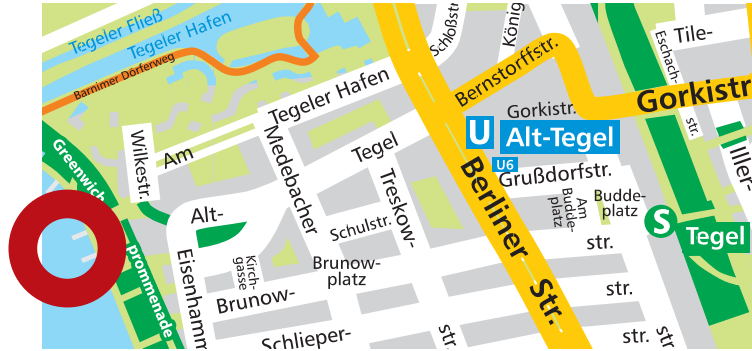
Bitte denken Sie an ausreichende Trinkmenge während der Wanderung!

### Treffpunkt: Tegel, Schiffsanlegestelle an der Greenwichpromenade

#### Fahrverbindung:

U-Bahn bis Endstation Alt-Tegel (U6). Am Platz vor dem Kaufhaus C&A der Straße Alt-Tegel zum See folgen (Greenwichpromenade)

max. 10 Gehminuten



### Drei verschiedene Wanderstrecken mit therapeutischer Anleitung und ärztlicher Betreuung:



**01** ruhiger  
Wanderschritt  
(ca. 3 km)



**02** zügiger  
Wanderschritt  
(ca. 4,5 km)



**03** Walking /  
Nordic Walking  
(ca. 8 km)

### Im Anschluss bieten wir Ihnen:

- Gesundheitschecks
- Verpflegung
- Teilnehmerurkunde



**herzhaus**  
Reha - Sport e.V.

Krausenstraße 40/41  
10117 Berlin  
verein@herzhausberlin.de

☎ 030 / 25 94 96 - 13  
(Mo, Di, Do 16-18 Uhr)  
☎ 030 / 25 94 96 66

Besuchen Sie uns  
im Internet:

[www.herzhausberlin.de](http://www.herzhausberlin.de)

Wir bedanken uns  
für die aktive  
Unterstützung bei:

