



herzhause
Reha - Sport e.V.

Wir laden Sie zum herzhause-Wandertag ein!

09. Mai 2026 (Sa)

9:30 Uhr

Treffpunkt: Tegler See
s. Rückseite

Alle sind herzlich Willkommen: alle Sporttreibende aus dem Verein, IRENA's, RV-Fit-ler, auswärtigen Gäste, gern mit Euren Angehörigen!

Eine Wanderung mit allem, was das Herz begehrt:



Nette Gesellschaft



Professionelle Begleitung



Schöne Wanderstrecken



Infos unter: **www.herzhauseberlin.de**

Die Teilnahme an der Wanderung ist kostenfrei.

Das Wichtigste auf einen Blick:



Bitte denken Sie an ausreichende Trinkmenge während der Wanderung!



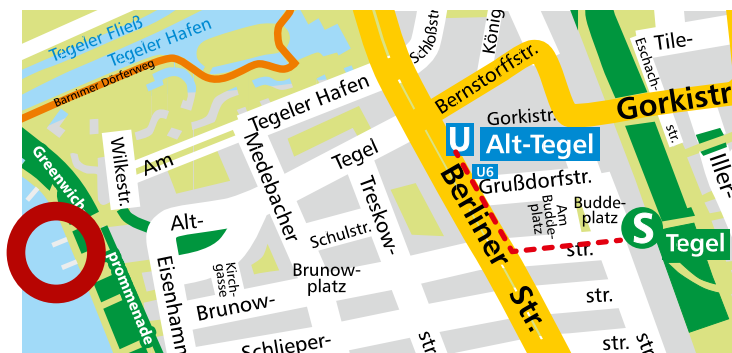
Treffpunkt: Tegel, Schiffsanlegestelle an der Greenwichpromenade

Fahrverbindung:

S 25 bis Tegel,
400 m bis Alt-Tegel
Bahn U6 Alt-Tegel

Am Platz vor dem
Kaufhaus C&A der Straße
Alt-Tegel zum See folgen
(Greenwich-Promenade)

max. 10 Gehminuten



Drei verschiedene Wanderstrecken mit therapeutischer Anleitung und ärztlicher Betreuung:



01 ruhiger
Wanderschritt
(ca. 3 km,
Hinweg: 1,5 km)



02 zügiger
Wanderschritt
(ca. 4,5 km)



03 Walking /
Nordic Walking
(ca. 8 km)



Im Anschluss bieten wir Ihnen:

- Verpflegung
- Beratung
- Infostände Herzstiftung, MKK, herzhaus



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
 @herzhausberlin

Wir bedanken uns für die aktive Unterstützung bei:

