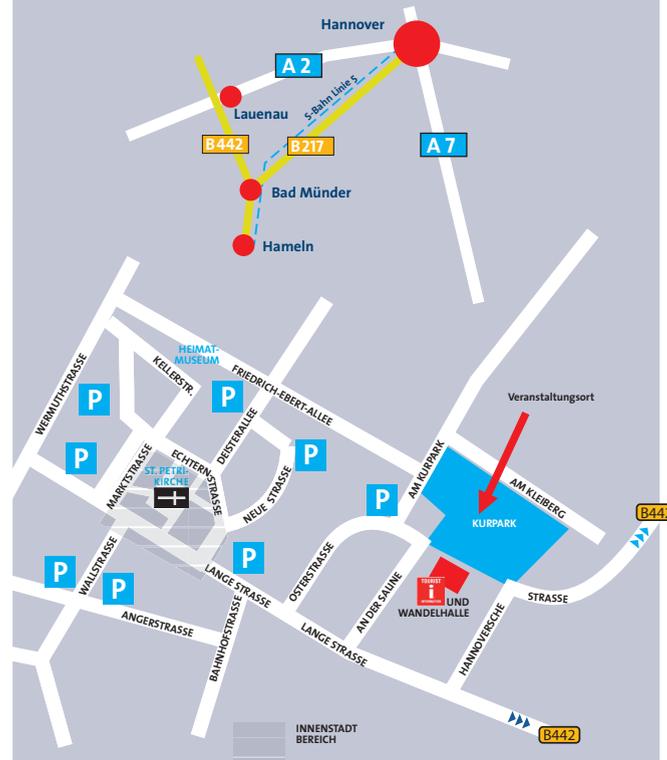


## Liste der beteiligten Vereine, Einrichtungen und Organisationen

- Diakonisches Beratungszentrum – Projekt »Sucht im Alter«
- DRK Ortsverein Bad Münden e.V.
- Gedächtnis-Trainer Christian Albert
- GeTour GmbH
- GSD-Präventions- und Rehabilitationsgesellschaft mbH
- KKH Kaufmännische Krankenkasse
- Kooperative Gesamtschule Bad Münden
- Kur- und Verkehrsverein Bad Münden
- Lauftreff Bad Münden/Laufzone Hameln
- Marga Copey Senioren-Gymnastik
- Physikalisches Therapie Center
- Rheumaliga Niedersachsen e.V. Springe / Bad Münden
- Senioren- und Pflegestützpunkt Landkreis Hameln-Pyrmont
- Senioren-Theatergruppe »Spätlese« im Verbund JMS Bad Münden
- SH-Schlafapnoe Bad Münden e.V.
- Sportclub Bad Münden e.V.
- Stadt Bad Münden
- Stadtelternrat Bad Münden
- TUSPO Bad Münden e.V.
- Umweltzentrum Hannover
- Vital Fitness- und Wellnesspark
- Wirtschaftsvereinigung Bad Münden e.V.
- Zahnärztekammer Niedersachsen

## Anfahrt

Bad Münden ist leicht und schnell zu erreichen:  
Autobahn A 2,  
Bundesstraßen B 442, B 217  
30 km von Hannover,  
18 km von Hameln  
S-Bahn: S 5 Hannover – Hameln – Paderborn

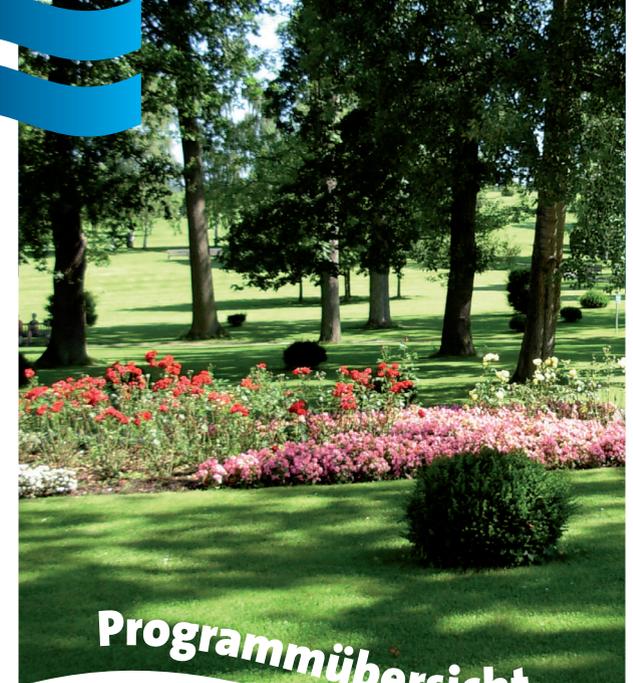


Fragen beantwortet gerne die  
Tourist-Information der GeTour GmbH  
Hannoversche Straße 14 a  
31848 Bad Münden  
Telefon: 0 50 42-92 98 04  
Internet: [www.bad-muender.de](http://www.bad-muender.de)  
Navi-Adresse:  
Osterstraße 39, 31848 Bad Münden

# Bad Münden bewegt

**AKTIONSTAG GESUNDHEIT**

KUR- UND LANDSCHAFTSPARK



**Programmübersicht**  
**Sonntag, 3. Mai 10 - 18 Uhr**



**Frank Busemann**



### 10.00 – 18.00 Uhr • Wandelhalle und Kurpark

- Heilwasser-Ausschank
- Tourist-Information: Aktivprogramme (Wandern, Radfahren, Nordic Walking, u.a.)
- E-Bike-Schnuppertouren
- Bewegungsgeräte für Senioren im Kurpark
- Info- und Beratungsstände der beteiligten Vereine, Einrichtungen und Organisationen
- Präsentation der Arbeitsgruppen des Projektes »Bad Münden bewegt«
- Karies-Tunnel – die Betrachtung der eigenen Zähne in schwarzem UV-Licht ist ein Riesenspaß
- aromaTisch-vegetarisch (bunt.bio.lecker – Speisen und Getränke)

### 10.45 Uhr • Konzertmuschel im Kurpark

- Offizielle Eröffnung
- Frühlingskonzert mit dem Musikzug der FFW Bad Münden ( bis 12.00 Uhr )

### 11.00 – 14.00 Uhr • Kurpark

- Spiele-Parcours für Kids
- Fußball-Kicker XXL / human table soccer (je 30 Minuten)
- Trampolin-Vorführung ( 11.00 Uhr und 13.00 Uhr )
- Hüpfburg
- Zumba für Kids (KGS) ( 11.45 Uhr )
- Zumba für Kids (TUSPO) ( 12.15 Uhr )

### 11.00 – 14.00 Uhr • Wandelhalle

- Handkraftmessung
- Balance-Boards
- Müsli-Fahrrad (Stand KKH)

- Videos der Senioren-Theatergruppe »Spätlese«
- Übungen mit dem Fitness-Band (KKH) ( 11.00 Uhr und 12.30 Uhr )
- Senioren- Gymnastik Marga Copey ( 12.00 Uhr )
- »Gesundes Sitzen« mit fachlicher Anleitung ( 11.45 Uhr und 13.15 Uhr )
- Funktionelles Bewegungstraining / Trockengymnastik ( 11.45 Uhr )
- Funktionelles Bewegungstraining / Wassergymnastik ( 12.15 Uhr )

**12.00 Uhr • Konzertmuschel im Kurpark**  
*Interview mit dem Zehnkämpfer und Olympia-medailien-Gewinner Frank Busemann, anschließend Workshop Pulsmessgeräte*

**14.00 Uhr**  
*Aufwärmübungen für Läufer*

**14.30 Uhr**  
*Großes Lauf-Event mit Frank Busemann*  
*Jeder kann mitmachen!! Passende Kleidung und Schuhe sind erforderlich, aber keine Anmeldung.*  
*Jeder bestimmt seine eigene Rundenzahl im Kurpark.*

### 14.00 – 18.00 Uhr • Kurpark

- Spiele-Parcours für Kids
- Fußball-Kicker XXL / human table soccer (je 30 Minuten)
- Hüpfburg
- Qi-Gong Vorführungen und zum Mitmachen ( 14.00 Uhr und 16.00 Uhr )

- Zumba für Kids (KGS) ( 15.00 Uhr )
- Zumba für Kids (TUSPO) ( 16.30 Uhr )
- Trampolinvorführung ( 17.00 Uhr )

### 14.00 – 18.00 Uhr • Wandelhalle

- Handkraftmessung
- Balance-Boards
- Müsli-Fahrrad (Stand KKH)
- Videos der Senioren-Theatergruppe »Spätlese«
- Senioren-Tanzgruppe ( 14.00 Uhr )
- Übungen mit dem Fitness-Band (KKH) ( 14.30, 15.30 und 16.30 Uhr )
- Gedächtnistraining mit Christian Albert (15.00 Uhr)
- »Gesundes Sitzen« mit fachlicher Anleitung ( 15.45 und 16.45 Uhr )
- Funktionelles Bewegungstraining / Trockengymnastik ( 16.00 Uhr )
- Funktionelles Bewegungstraining / Wassergymnastik ( 16.30 Uhr )

**15.30 Uhr • Kurpark**  
*Großes Promi-Spiel Bad Münden – Springe (human table soccer)*

**16.00 Uhr • Konzertmuschel im Kurpark**  
*ELLINGTONES - Jazzband*  
*Feinster Jazz, Swing und Latin (bis 17.45 Uhr)*

**13.00 – 18.00 Uhr**  
*Verkaufsoffene Geschäfte in der Innenstadt*  
*Besondere Angebote und Aktionen der Einzelhändler*