

# **Diakonie bietet einen Aktivurlaub und eine Seniorenfreizeit nach Spiekeroog an**

Frische Meeresluft einatmen, feinen Sand unter den Füßen spüren... Gleich zwei Strandurlaube auf der Insel Spiekeroog bietet die Diakonie Ruhr-Hellweg im kommenden Juni an. Die erste Kurzfreizeit vom 15. bis 18. Juni ist für Sportbegeisterte gedacht, die sich vom Alltag erholen und gleichzeitig etwas für ihre Gesundheit tun möchten. Das zweite Angebot vom 15. bis 23. Juni richtet sich speziell an Senioren. Auf beiden Reisen sind noch wenige Plätze frei.

Zum Programm der Aktivreise gehört ein täglich wechselndes Fitness-Workout – zum Beispiel Nordic Walking am Strand, Wassertreten im Meer oder Gymnastik in den Dünen. Die Senioren können währenddessen ausgedehnte Spaziergänge am Strand unternehmen. Zudem lädt das Inseldorf mit seinen urigen Geschäften zum Bummel ein. Zu den Sehenswürdigkeiten zählen unter anderem ein Muschelmuseum oder auch die historische, 1696 erbaute evangelisch-lutherische Inselkirche. Alle Reisenden übernachten im diakonieeigenen „Haus Barmen“ direkt im Zentrum.

Weitere Informationen unter Tel. 0800/5890257 oder [reisen@diakonie-ruhr-hellweg.de](mailto:reisen@diakonie-ruhr-hellweg.de) sowie online unter [www.diakonie-reisedienst.de](http://www.diakonie-reisedienst.de).