



Presseeinladung

Fit auf die sanfte Art – Gesundheitswandern am Möhnesees

Am 16. und 17. September starten an der Dr. Becker Klinik Möhnesees zwei Gesundheitswanderungen. Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Möhnesees. Draußen unterwegs sein, Spaß haben und dabei noch etwas Gutes für die Gesundheit tun? Am 16. und 17. September 2017 geht Deutschland gesundheitswandern. Auch am Möhnesees kann man mitwandern und entsprechend Gesundheitswandern ausprobieren.

Die Gesundheitswanderführer, Dr. Christiane Ihlow, Chefärztin der Dr. Becker Klinik Möhnesees, und Torsten Hasselbeck, zwei von über 650 zertifizierten Gesundheitswanderführern deutschlandweit, bieten am kommenden Wochenende zwei solcher Wanderungen an. Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung. „Gesundheitswandern macht fit auf die sanfte Art. Dafür werden ausgewählte Übungen mit kurzen Wanderungen kombiniert“, erklärt Dr. Christiane Ihlow.

- **Wanderung 16. September 2017**

Diese Wanderung findet im Rahmen der 20 Jahr-Feier der Dr. Becker Klinik am Möhnesees statt. Sie ist offen für ehemaligen Patienten und alle Interessierten. Treffpunkt ist um 12 Uhr der Eingang der Klinik. Die Wanderung ist besonders für Wandereinsteiger gedacht, die Strecke führt zum Möhnesees-Turm am anderen Seeufer.

- **Wanderung 17. September 2017**

Treffpunkt ist um 10 Uhr der Eingang der Klinik. Diese Wanderung wird ca. 4 Stunden dauern und durch das Hevetal führen. Das Besondere an dieser Gesundheitswanderung ist, dass sie mit etwas längeren Intervallen zwischen den Übungen aufwartet und eher für fortgeschrittene Wanderer geeignet ist.

Für das Gesundheitswandern sind lediglich festes Schuhwerk sowie wetterfeste und bequeme Freizeitbekleidung erforderlich.

Anmeldungen sind nicht erforderlich, gewandert wird in jedem Fall.

Aktionstag „Gesundheitswandern“

Der Aktionstag „Gesundheitswandern“ wird vom Deutschen Wanderverband in Kooperation mit seinem Partner Crataegutt veranstaltet. Gesundheitswandern gehört zu „Let's go – jeder Schritt hält fit“, einer Bewegungsinitiative des Deutschen Wanderverbandes und einem Modellprojekt von „In Form“, des nationalen Aktionsplans für gesunde Ernährung und mehr Bewegung in Deutschland.

Dr. Becker
Klinik Möhnesees

**12. September
2017**

Seite 1 von 2

Für Rückfragen oder Bildmaterial wenden Sie sich bitte an:

Dr. Becker
Klinik Möhnesees

Chefarzt
Dr. Rainer Schubmann

Chefärztin
Dr. Christiane Ihlow

Schnappweg 2
59519 Möhnesees

Tel: (0 29 24) 8 00-0
Fax: (0 29 24) 8 00-5 97

Dr. Becker Klinikgesellschaft
mbH & Co. KG
Sitz Köln Amtsgericht
Köln HRA 12 820
Persönlich haftende Gesellschafterin:
Dr. Becker Klinikverwaltungsgesellschaft mbH
Sitz Köln Amtsgericht
HRB 22 520
Geschäftsführer:
Dr. rer. pol. Ursula Becker
Dr. rer. pol. Petra Becker
Tobias Hummel



Presseeinladung

Dr. Becker Klinik Möhnesee

Die Dr. Becker Klinik Möhnesee ist auf kardiologische und psychosomatische Rehabilitation spezialisiert. 2.500 Patienten werden jährlich in der nordrhein-westfälischen Klinik auf höchstem medizinischem Niveau versorgt. Mit dem 2007 gegründeten Zentrum für Psycho-Kardiologie gehört die Dr. Becker Klinik Möhnesee außerdem zu den Vorreitern dieser Spezialdisziplin der Medizin.

www.dbkg.de/klinik-moehnesee

Video-Rundgang durch die Klinik: <https://youtu.be/RmVE3XpZdto>

**Dr. Becker
Klinik Möhnesee**

**12. September
2017**

Seite 2 von 2

Für Rückfragen oder Bildmaterial wenden Sie sich bitte an:

**Dr. Becker
Klinik Möhnesee**

**Chefarzt
Dr. Rainer Schubmann**

**Chefärztin
Dr. Christiane Ihlow**

**Schnappweg 2
59519 Möhnesee**

**Tel: (0 29 24) 8 00-0
Fax: (0 29 24) 8 00-5 57**

**Dr. Becker Klinikgesellschaft
mbH & Co. KG
Sitz Köln Amtsgericht
Köln HRA 12 820
Persönlich haftende Gesell-
schafterin:
Dr. Becker Klinikverwaltungsge-
sellschaft mbH
Sitz Köln Amtsgericht
HRB 22 520
Geschäftsführer:
Dr. rer. pol. Ursula Becker
Dr. rer. pol. Petra Becker
Tobias Hummel**