

# Bad Sassendorf zum Kennenlernen

Bad  
Sassen  
dorf  
  
besser leben



**Kurparkführung mit Gästebegrüßung  
jeden Montag, 15.00 Uhr\***  
Start: am Rundbogen Gradierwerk



**Gradierwerkführung  
jeden Freitag, 15.00 Uhr\***  
Start: am Rundbogen Gradierwerk



**Sassendorfer Salzspuren mit Gäste-  
begrüßung Rundgang durch den Ort und Kurpark  
jeden Samstag, 11.00 Uhr\***  
Start: an den Westfälischen Salzwelten

\*Kosten: mit Bad Sassendorf Card frei / mit EinwohnerCard 3,00 € / sonst 5,00 €

Mindestteilnehmerzahl: 3 Pers., Dauer der Führungen: 3–5 Personen ca. 60 min / ab 5 Personen ca. 90 min.

Bei Sturm, Gewitter etc. finden die Führungen nicht statt.



**Themenführungen  
in den Westfälischen Salzwelten  
jeden Sonntag, 14.00 Uhr**

1. So: Überblicksführung „Salz, Sole und Moor“
2. So: Familienführung „Salz, Sole und Moor für Groß und Klein“
3. So: Themenführung „Die Geschichte von Salz und Sole in Bad Sassendorf“
4. So: Familienführung „Salz, Sole und Moor für Groß und Klein“

Kosten: mit Bad Sassendorf Card frei / mit EinwohnerCard 6,00 €  
sonst 7,50 € bzw. 5,00 € ermäßigt

Weitere Infos unter  
Tel. 02921-9433435,  
[www.salzwelten.de](http://www.salzwelten.de)

Tuk

Tourismus und Kultur  
Tagungen und Kongresse



# Tipps, die dich stärken

Oktober '25 bis April '26

Bad Sassen  
dorf  
  
besser leben



montags, 15.30 bis 16.30 Uhr

**Tanzen im Tagungszentrum** Musik, Bewegung und Spaß für alle mit Tanzlehrerin Mariola Kickelbick



mittwochs, 15.00 bis 16.00 Uhr (ungerade Wochen)

**Spaziergang für die Sinne – Achtsamkeit im Kurpark** mit Naturresilienz-Trainerin® Christiane Schnitker\*



mittwochs (1 × im Monat), 19.00 bis 21.00 Uhr

**Ernährungsberatung / Koch-Workshop**

mit Ernährungscoach Ute Nübel im Speicher auf Hof Haulle.  
Infos zu Kosten/Anmeldung unter Tel. 02921-9433435



donnerstags, 15.30 bis 17.00 Uhr (gerade Wochen)

**Alpaka-Auszeit – Spaziergang mit Alpakas im Kurpark** Infos zu den Kosten/Anmeldung unter Tel. 0151-22772312



donnerstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

**besser leben!-Vortrag in der Kulturscheune** von A wie Achtsamkeit bis Z wie Zeitmanagement



freitags, 18.30 bis 19.30 Uhr

**Qi Gong in der Reha-Klinik Wiesengrund** Einfache Übungen zum Kennenlernen mit Elena Weißbach



samstags, 10.30 bis 11.30 Uhr

**Bewegung im Grünen** Übungen zur Beweglichkeit und Stabilisierung / Spaß und Fitness für alle mit Bernd Schiermeister / Team Sauerland\*



\* Treffpunkt: Rundbogen Gradierwerk

Weitere Details zu den BESSER LEBEN!-Angeboten (Kosten, Anmeldung etc.) gibt es unter [www.badsassendorf.de](http://www.badsassendorf.de) oder Tel. 02921-9433456.



Tuk

Tourismus und Kultur  
Tagungen und Kongresse