

# Bad Sassendorf

## zum Kennenlernen



**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 Gästebegrüßung** 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

**TuK**

Tourismus und Kultur  
Tagungen und Kongresse

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



# Tipps, die dich stärken

Mai bis September `26

Bad  
Sassen-  
dorf  
  
besser leben



**montags, 15.30 bis 16.30 Uhr**

**Tanzen im Kurpark** Musik, Bewegung und Spaß für jeden mit Tanzlehrerin **Mariola Kickelbick\***



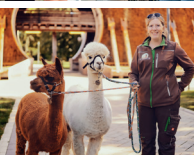
**dienstags, 10.30 bis 11.30 Uhr**

**Yoga am Gradierwerk** Einfache Entspannungs- und Atemübungen mit **Nadine Lakämper\***



**mittwochs (20.05. / 17.06. / 15.07. / 09.09.), 19.00 bis 20.30 Uhr**

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



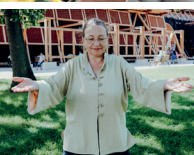
**donnerstags, 15.30 bis 17.00 Uhr**

**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 im Kurpark** 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 jeden mit **dem 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