



Es kann **JEDER** teilnehmen,
egal ob Mitglied im TVG Hattorf
oder nicht. Es besteht **Versicherungsschutz**
sowohl für Mitglieder, als auch für Nicht-
Mitglieder, die ausdrücklich ebenfalls
herzlichst willkommen sind.



3000 Schritte für die Gesundheit ist für alle
gedacht, die an gemeinsamer Bewegung Spaß
haben, die lange nichts für sich getan haben und
auf diese Weise ein wenig für Ihre Gesundheit tun
wollen.

**- Achten Sie auf trittsicheres, festes
Schuhwerk.**

**- auch die Kleidung sollte dem Wetter
angepasst sein.**

**- alle Strecken sind auch für Rollator
und Kinderwagen geeignet.**

**- Jede/ Jeder kann jederzeit
dazukommen.**

Ein Schritt nach dem Anderen:

In der Gemeinde Hattorf findet seit September
2021 dieses neue Bewegungsangebot statt.
Auf 3 bis 4 Routen in und um Hattorf können
unverbindlich und kostenfrei - sicher begleitet - alle
Bürgerinnen und Bürger gemeinsam viele Schritte
für ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden tun.

Dabei unterstützen folgende Partner:

**Gemeinde Hattorf; Turnverein Germania
Hattorf; FC Merkur Hattorf; Familienzentrum
Hattorf, ev. Kirche, kath. Kirche, DRK Hattorf,
Dorfmuseum Meierhof, Sozialverband Hattorf.**

Kontakt:

Birgit Beyer - Tel: 05584/1788

Ute Berlin - Tel: 05584/7969889

Mail: 3000schritte@tv-g-hattorf.de

„3000 Schritte für die Gesundheit“ ist eine Vision zum gesunden Altern
des Niedersächsischen Turnbundes



Der Druck erfolgt aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen

3000 Schritte für die Gesundheit

**Bewegung ist gut -
dabei mit anderen Menschen
ins Gespräch zu kommen
ist besser.**



**Pluspunkt
Gesundheit**
DEUTSCHER TURNER BUND

Drei Runden in und um Hattorf herum:

Runde um den Oderparksee

Treffpunkt: Parkplatz Anglerheim

Uhrzeit: 14.30 Uhr, jeden Donnerstag

Schritte: ca. 3000

Beschreibung:

Unser einzigartiger See mit seiner tollen Natur ist zu jeder Jahreszeit eine Runde wert. Erleben Sie in Gemeinschaft das Leben von Pflanzen und Tieren am Wasser und genießen die schöne Atmosphäre.

Runde durch das (hist.) Ober- u. Unterdorf

Treffpunkt: Dorfgemeinschaftshaus

Uhrzeit: 14.30 Uhr, jeden Montag

Schritte: Oberdorf 3200/ Unterdorf 3000

Beschreibung:

Auf diesen Runden durch Hattorf können Sie auch zwischendurch dazukommen (s) und auch die Runde verlassen. Nebenbei erfahren Sie noch etwas über Hattorf und seine Geschichte. Einmal durchs Oberdorf oder einmal durchs Unterdorf, dazu lädt sie der „Verein für Plattdeutsch u. Dorfgeschichte - Dorfmuseum Meierhof e.V.“ ein.

Runde im Hattorfer Süden

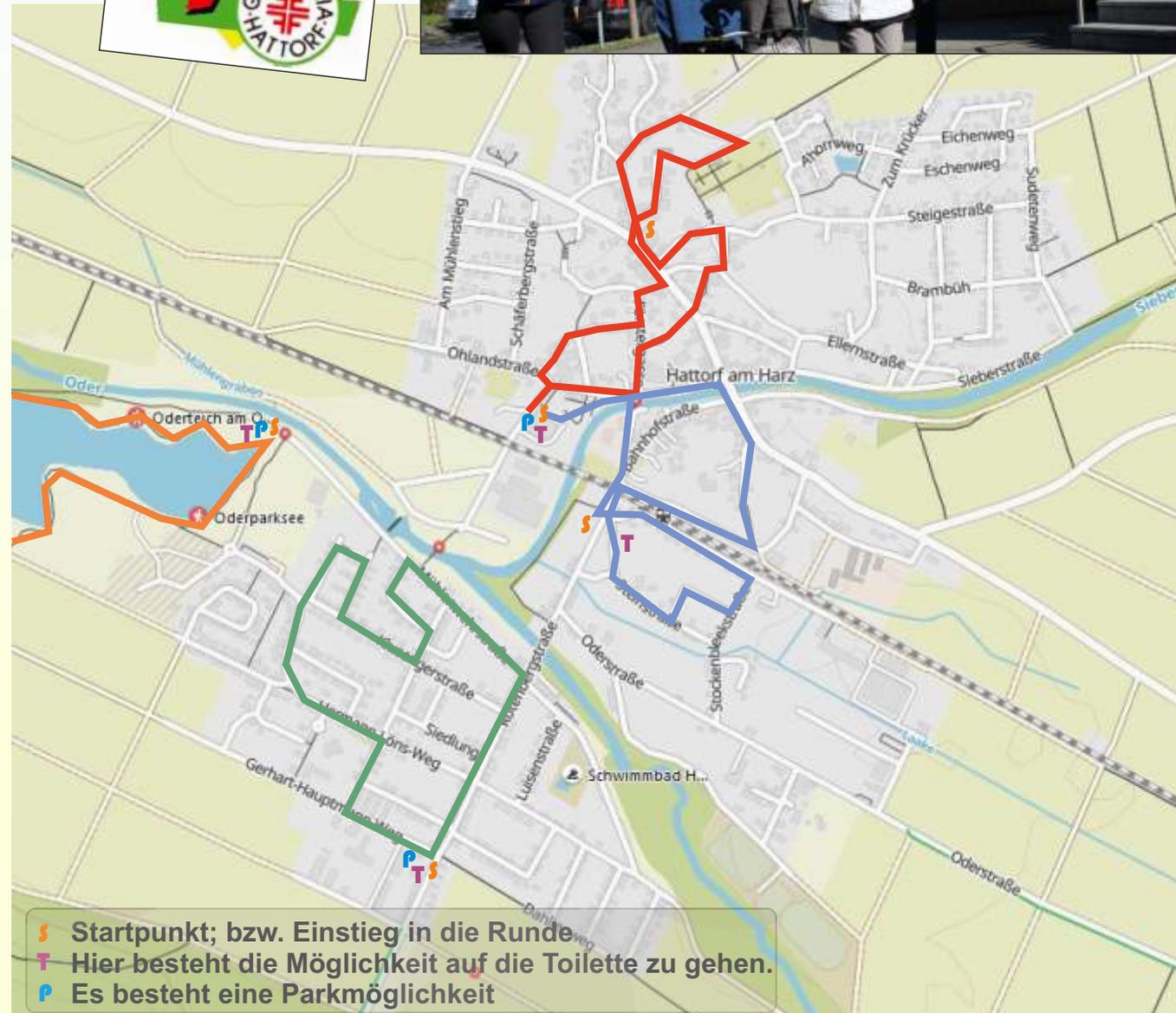
Treffpunkt: katholische Kirche

Uhrzeit: 14.30 Uhr, jeden Mittwoch

Schritte: ca. 3000

Beschreibung:

Diese Runde im Hattorfer Süden möchten wir offen gestalten und kann sehr gerne von den Teilnehmern mitbestimmt werden. Dann geht es auf schönen Wegen mal in den Ort oder in die Natur.



- s Startpunkt; bzw. Einstieg in die Runde
- T Hier besteht die Möglichkeit auf die Toilette zu gehen.
- P Es besteht eine Parkmöglichkeit