Gesundheitsregion plus Landkreis Kelheim
gefördert durch Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit, Pflege und Prävention

RIEDENBURG
Luftkurort im Naturpark Altmühltal

Landkreis Kelheim

- **Kostenfrei und ohne Anmeldung!**
- **Einfach vorbeikommen und mitmachen!**

Foto: Adobe Stock © ronstik

Brain-Walk – Fit im Kopf

Geführter Spaziergang mit Übungen für Konzentration, Koordination und geistige Fitness

Brain-Walk – Fit im Kopf

am 22. September 2026 um 14 Uhr in Riedenburg

Bewegung hält nicht nur den Körper fit, sondern kann auch die geistige Leistungsfähigkeit fördern. Im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche bietet die Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Kelheim in Zusammenarbeit mit der Tourist-Information Riedenburg am Dienstag, den 22. September 2026, einen „Brain-Walk" an.

Unter der Anleitung von Sabine Voigt-Wagner wird ein gemeinsamer Spaziergang mit Übungen verbunden, die die Konzentration, Aufmerksamkeit und Koordination fördern.

Der etwa 60- bis 75-minütige Rundgang führt von der Seebühne Riedenburg durch den Bereich rund um den Stadtweiher, den Drei-Burgen-Park und die Kneippanlage.

Das Angebot ist kostenlos. Bequeme Kleidung und festes Schuhwerk werden empfohlen.

Termin:	Dienstag, 22.9.2026, um 14 Uhr
Treffpunkt:	Seebühne Riedenburg (An der Altmühl 25, 93339 Riedenburg)
Dauer:	ca. 60 - 75 Minuten

BAYERISCHE DEMENZWOCHE
Festhalten, was verbindet

Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich und keine Anmeldung nötig – einfach vorbeikommen und mitmachen!

Bei Fragen steht Ihnen die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Kelheim zur Verfügung:
Tel. 09441 207-1043
Mail: gesundheitsregionplus@landkreis-kelheim.de

Die Teilnahme erfolgt freiwillig und auf eigene Gefahr. Der Landkreis Kelheim übernimmt keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.