

METTNAU



BEWEGUNG IST LEBEN

Musik-Highlights:
Jazz am Steg, die Narrizella,
Radolfzeller Schnooke Vielharmoniker

METTNAU - Tag der offenen Tür

10. Juni von 11.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Spannende Vorträge & Führungen

- 11.00 Uhr // 15.00 Uhr **Vortrag: So halten Sie Ihr Herz-Kreislauf-System gesund und fit**
Dr. Robin Schulze (Chefarzt Werner-Messmer-Klinik)
Werner-Messmer-Klinik, Raum Mainau
- 11.00 Uhr // 15.00 Uhr **Vortrag: Effektiv & sicher trainieren - sportmedizinische Leistungsdiagnostik**
Dr. Christian Cramer (Facharzt für Innere Medizin, Sportmediziner)
Hermann-Albrecht-Klinik, Tagungsraum im Verwaltungsgebäude
- 12.30 Uhr // 16.00 Uhr **Vortrag: Was Sie über Zuckerstoffe wissen sollten!**
Monika Sattler (Leitung Ernährungsberatung)
Werner-Messmer-Klinik, Raum Mainau
- 11.30 Uhr // 14.00 Uhr **Einblicke in das Leben von Joseph Victor von Scheffel**
Scheffelschlösschen
- 13.00 // 15.00 // 16.00 Uhr **Rundgang METTNAU & bauliche Weiterentwicklung**
Treffpunkt: Infopoint vor dem Kurmittelhaus
- 12.00 // 14.00 // 16.00 Uhr **Nabu-Führung: zum METTNAU-Turm bzw. in das Naturschutzgebiet**
Treffpunkt am Nabu-Pavillon (Bushaltestelle Strandbad)

Mitmachen & Ausprobieren

- ab 11.30 Uhr jede Stunde **Schnupper-Bogenschießen**
Kleine Halle, Kurmittelhaus
- 12.30 // 14.00 // 15.30 Uhr **Qigong zum Mitmachen**
Große Halle, Kurmittelhaus
- 11.00 Uhr - 17.00 Uhr **Sportliche Übungen zum Ausprobieren**
Große Halle, Kurmittelhaus
- 11.00 Uhr - 17.00 Uhr **METTNAU Gesundheits-Parkour**
Werner-Messmer-Klinik, Foyer

Musikalisches Rahmenprogramm

- 11.00 Uhr bis 13.00 Uhr **Jazz am Steg: Andrea Mayer Quartett**
Restaurant Strandcafé
- 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr **Narrizella**
Café am Kurpark
- 14.00 Uhr bis 15.00 Uhr **Radolfzeller Schnooke Vielharmoniker**
Restaurant Strandcafé

Shuttle-Bus

Linie 5A ab ZOB
halbstündlich zu jeder
08. und 32. Minute.

Stündliche Rundfahrten mit der Helio-Solarfähre von 11.00 - 16.00 Uhr ab dem METTNAU-Steg.
Im Café am Kurpark & im Restaurant Strandcafé wird für Ihr leibliches Wohl gesorgt.