

NATURFREUNDEHAUS AM NATIONALPARK JASMUND



Bewegen, entspannen, essen - aber viel!

Eine Jugendaktion der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln



Ferienreise:

GUT DRAUF als Alleinreisender mit Kind auf Rügen

1. Tag Sonntag: Anreisetag

16:00 - 18:00 Uhr	Anreise und Begrüßung und Vorstellung des Teams und der TN: geführte Erkundung des Areals der näheren Umgebung und der Räumlichkeiten Birkengrund; Gruppenspiele, Beziehen der Betten.
18:00 - 19:00 Uhr	Abendessen nach GUT DRAUF-Standards.
19:00 - 20:30 Uhr	"Ankommen"; Gemütliches Beisammensein
20:30 - 22:00 Uhr	Freizeit und vorbereiten auf die Nachtruhe der Kinder

2. Tag Montag: „Nationalparktag“

- Wanderung durch den Nationalpark Jasmund in den Hafen von Sassnitz
- Mittagessen nach "Gut Drauf"-Standards
- Schifffahrt entlang der Kreideküste
- Fahrt zum Nationalparkzentrum Königsstuhl
- Aufenthalt im Nationalparkzentrum
- HANOMAG-Tour durch die Kreidelandschaft der Halbinsel Jasmund zurück zum Birkengrund.
- Abendessen: selbstgebackene Pfannkuchen am Lagerfeuer.

3. Tag Dienstag: "Strandtag"

- Fahrt von Sassnitz nach Prora
- Strandaufenthalt: Baden und Spiele
- Mittagessen mit einem Lunchpaket
- Strandaufenthalt und Führung entlang des KDF-Gebäudes (KDF=Kraft durch Freude)
- Grillfest unter dem Motto "Mc Viking": "Wir basteln uns selber einen (gesunden) bunten "Wikinger-Burger" aus Fleisch, Vegetarischem und Salaten.

4. Tag, Mittwoch: "Reiter-Tag"

- Kurze theoretische Einführung zur Pflege eines Pferdes – Pferde von der Koppel holen
- Putzen der Pferde
- Mittagessen nach "Gut Drauf"-Standards
- Die geputzten Pferde satteln und trensen
- Reiten
- Versorgung der Pferde
- Abendessen nach "GUT DRAUF"-Standards

5. Tag Donnerstag: "Wikinger Tag"

- Wikinger-Spiele: (Bogenschießen, Findlingweitwurf, Geschicklichkeitsseilziehen, Dreibeinlaufen, Sackhüpfen) etc.
- Mittagessen nach "Gut Drauf"-Standards
- Schatzsuche: Mit einer Schatzkarte versteckte Schätze (Zutaten für eine Suppe) finden
- Abendessen nach GUT DRAUF-Standards
- Selbstbereitete Suppe über einem Lagerfeuer kochen

6. Tag, Freitag "Kanu-Tag"

- Fahrt nach Lietzow am Bodden
- Kanutour am Bodden
- Mittagessen nach "Gut Drauf"-Standards: Picknick vor Ort
- Wasserspiele, Strandaufenthalt, Beachball
- Abendessen: Selber Grillen mit einem Grillstock (z.B. Würstchen) über dem Lagerfeuer

7. Tag Samstag: Abreisetag

10:00 - 11:00 Uhr Packen, Säubern
11:00 Uhr Verabschiedung, Abholung

Teilnehmeralter der Kinder: 6-12 Jahre

Leistungen:

- 6 Übernachtungen in einer Mehrbetthütte oder Doppelzimmer jeweils ein Alleinreisender mit einem oder mehreren Kinder
- Vollpension nach Gut Drauf Standard
- Oben aufgeführtes Programm
- Qualifizierte Animation und Kinderbetreuung

Kosten:

520 € für den alleinreisenden Erwachsenen

350 € für das jeweilige Kind

50 € Rabatt pro Person für Sana Sportgemeinschaft Rügen e.V.

Termine: 01.07. - 07.07.2012
 15.07. - 21.07.2012

Mindestteilnehmerzahl: 8 Alleinreisende mit Kinder

Kontakt:

**Naturfreundehaus am Nationalpark Jasmund, Volker Barthmann, Ferienheim
Birkengrund 1, 18546 Sassnitz, www.naturfreunde-ruegen.de 038392/34001**

**Reitschule Einhorn, Martina Hermann, Viervitz 3a, 18528 Zirkow, www.hof-viervitz.de
03838/309402**