

Entlang des Altenauer Herzwegs begegnen Ihnen eine Vielzahl faszinierender Attraktionen, die das Thema „HERZ“ auf einzigartige Weise erfahrbar machen. Hier nur einige Beispiele:

DER BARFUSSPFAD: Spüren Sie den Boden unter Ihren Füßen und nehmen Sie bewusst wahr, wie Ihr Herz auf diese Sinneserfahrung reagiert. Der Barfußpfad regt zum bewussten Gehen an und stellt eine Verbindung zwischen den Füßen und dem Herz her.

DIE INFORMATIVEN FÄSSER: Auf diesen Fässern sind wichtige Informationen zum Thema HERZ versteckt. Entdecken Sie interessante Fakten und Details, die Ihnen einen umfassenden Einblick in die Welt des Herzens ermöglichen.

SCHAUTAFELN MIT GESCHICHTE, GEDICHTEN UND BILDERN: Informieren Sie sich anhand von ansprechend gestalteten Schautafeln über die Geschichte des Herzens, entdecken Sie inspirierende Gedichte und lassen Sie sich von bildlichen Darstellungen begeistern.

MEDIZINISCHE ASPEKTE DES HERZENS: Erfahren Sie mehr über die medizinischen Aspekte, des Herzens indem sie die informativen Tafeln studieren, die Ihnen Einblick in die Funktionsweise und die Gesundheit des Herzens geben.

Der Altenauer Herzweg ist somit eine einzigartige Möglichkeit, das faszinierende Organ Herz besser zu verstehen und sich aktiv mit seiner Bedeutung für die Gesundheit und das Wohlbefinden auseinanderzusetzen.

Weitere Infos unter: www.altenauer-herzweg.de



Bilder: ©Vanessa Leifer, adobeStock: Neda Asyasi

Mit freundlicher Unterstützung von:



Ein Erlebniswanderweg rund um das Thema HERZ für die ganze Familie

... ist nicht irgendein Wanderweg, sondern ein **Erlebniswanderweg**, auf dem das Thema „HERZ“ aus unterschiedlichsten Aspekten betrachtet wird - aktiv sowie interaktiv!

Es gibt 17 große und unzählige kleine interaktive Stationen, wo das Kraftpaket Herz in unterschiedlichsten Varianten vorgestellt wird.

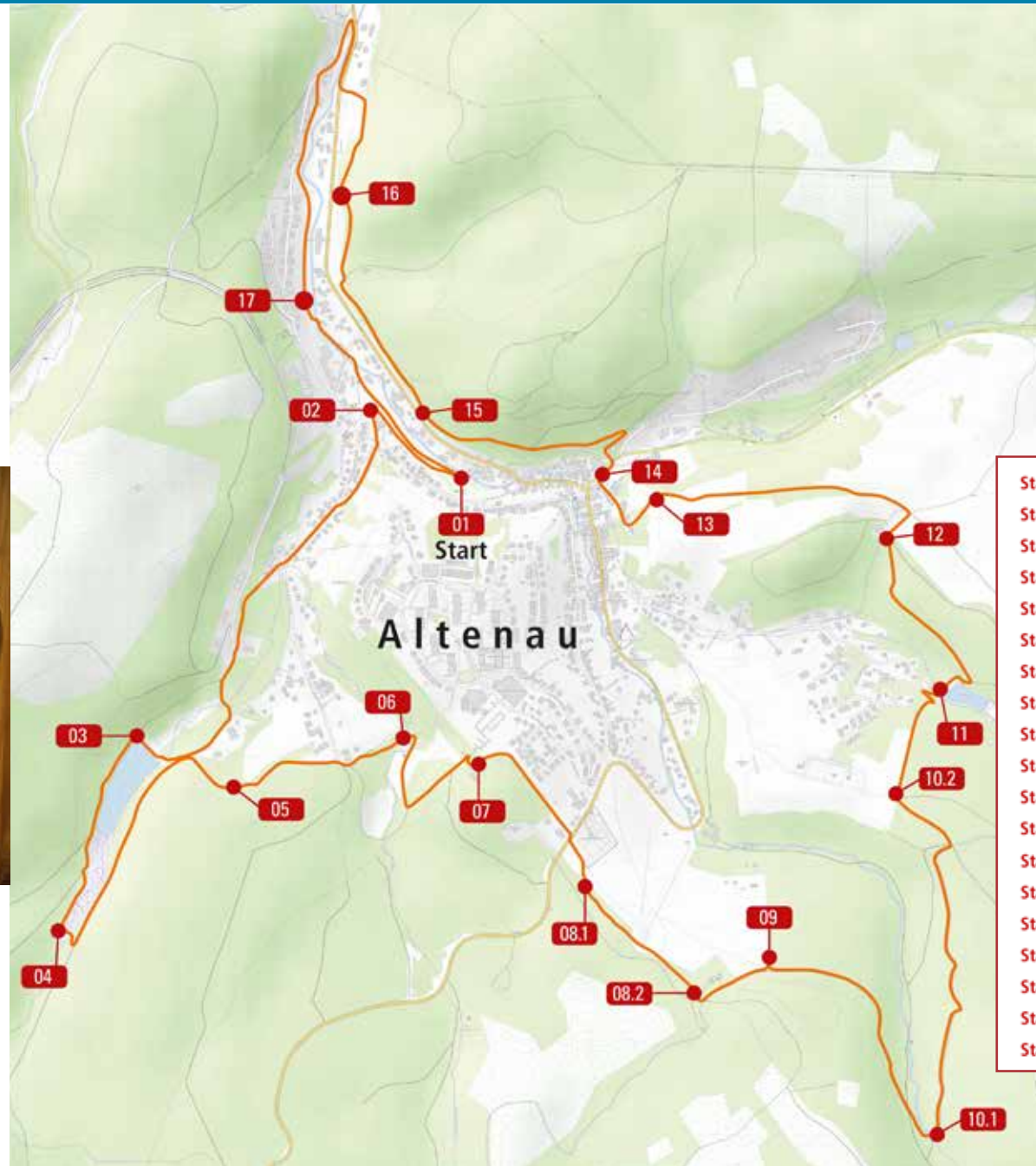
Zum Beispiel, wie man sein Herz vor Krankheiten schützen kann, wie man bei Herznotfällen richtig reagiert, ob man an gebrochenem Herzen wirklich sterben kann und was die Liebe mit einem gesunden Herzen zu tun hat.



DIESE WANDERUNG IST SEHR KURZWEILIG -

Alles Wissenswertes ist aktiv und interaktiv aufbereitet und es macht richtig Spaß, dem gut ausgeschilderten Wanderweg zu folgen.

Insgesamt ist der Herzwanderweg 12,3 km lang und man erwandert rund 300 Höhenmeter.



Station 01	Herzportal (Start)
Station 02	Aufbau des Herzens
Station 03	Fotostation
Station 04	Barfußpfad
Station 05	Herzkammer
Station 06	Blutkreislauf
Station 07	Herzgesundes Wandern
Station 08.1	Puls messen / Start
Station 08.2	Puls messen / Ziel
Station 09	Herz und Seele
Station 10.1	Atmung
Station 10.2	Atmung
Station 11	Herzen im Tierreich
Station 12	Mythologie
Station 13	Social Media
Station 14	Künstlerische Darstellung
Station 15	Lieblingsplatz
Station 16	Reanimation
Station 17	Fässer

