AUSZEITEN

Seminare, Wellness, Kreatives

Programm 2|2024

Jugendseeheim Sylt
Haus Panorama

Landkreis Kassel

Jugend- und Freizeiteinrichtungen
Eigenbetrieb des Landkreises Kassel

Inhalt

Vielfalt im Angebot

Achtsamkeitswoche: Zeit für mich	... Seite 3
HNO-Basics für Kids	... Seite 4
Tinnitus-Seminar	... Seite 5
Stimmbildung am Meer	... Seite 6
Gewaltfreie Kommunikation – VHS-Kurs	... Seite 7
Bewegung leicht gemacht – Tanz und Feldenkrais	... Seite 8
Eine Reise zu den 7 Chakren – VHS-Kurs	... Seite 9
Seele singt und schwingt	... Seite 10
Aktiv im 3. Lebensabschnitt – VHS-Kurs	... Seite 11
NIA NIA – Musik und Freude pur	... Seite 12
Yoga „Wahres Glück von innen" – VHS-Kurs	... Seite 13
Neue Impulse für Körper und Seele – VHS-Kurs	... Seite 14
Freude am Stricken	... Seite 14
Klang und Stressmanagement – VHS-Kurs	... Seite 15
Pilates am Meer – VHS-Kurs	... Seite 16
Fahrt zum Weihnachtsmarkt in Salzburg	... Seite 17
Gospel gegen den Novemberblues	... Seite 18
Adventsfreizeiten im Berchtesgadener Land	... Seite 19

Zusatzinformation

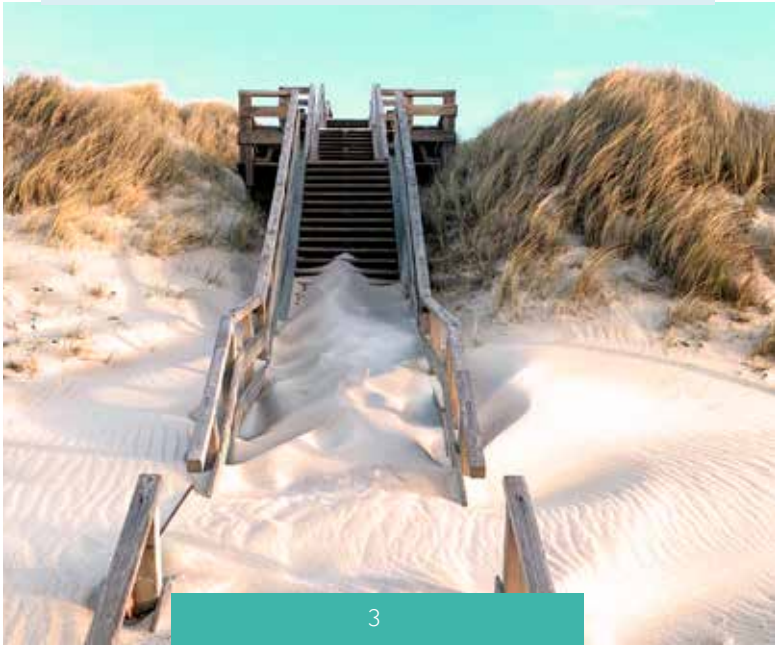
* Bei Zimmern mit Waschgelegenheit stehen auf dem Flur Duschen und Toiletten zur Verfügung.
Auf Anfrage sind Einzelbelegung gegen Aufpreis oder Doppelzimmer möglich.
Alle Angaben ohne Gewähr.
Details zu den Angeboten unter www.jufkk.de

Achtsamkeitswoche: Zeit für mich

Eine Woche nur für dich zum Abschalten, Loslassen, Entspannen, Auftanken. Entdecke die Kraft deiner Gedanken, fühle deinen Körper in sanften Yogaübungen und tauche ein in kleine Meditationen. Entdecke deine Stärke und finde heraus, welch wunderbares Werkzeug dein Atem ist. Verstehe, warum wir uns manchmal ausgelaugt und kraftlos fühlen, empfinde Vertrauen und Dankbarkeit. Nimm deinen Energiefluss wahr und aktiviere Selbstheilungskräfte. Lerne verschiedene und leicht in den Alltag einzubringende Achtsamkeits- und Entspannungstipps und lass dich hineinfallen in verschiedene Tiefenentspannungsmethoden. Erlebe eine Woche, in der du Bewusstheit und Achtsamkeit erfährst und vertiefst.

TERMIN: Fr. 20.09. – Do. 26.09.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Uta Otter, Yogalehrerin und Entspannungskurs-Leiterin, Achtsamkeitscoach/Reiki Einweihung
KOSTEN: 450 € pro Person für Unterbringung im Doppelzimmer* mit Waschgelegenheit, Gemeinschaftsduschen, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme / + 60 € bei Einzelbelegung.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



HNO-Basics für Kids

Bei Kindern kommen Hals-, Nasen- und Ohrenerkrankungen häufiger vor. Das neue Angebot „HNO-Basics für Kids" im gesunden Reizklima der Nordseeinsel Sylt bietet die optimale Möglichkeit, neben ausgewählten Fachvorträgen und Fragestunden rund um Mandel- und Mittelohrentzündungen, Atemwegserkrankungen und Allergien sowie Polypen, ausreichend Zeit für eigene Entdeckungen. Das Angebot richtet sich vor allem an Alleinerziehende oder Familien mit Vorschulkindern. Es sind drei Seminartage geplant: In kleinen Gruppen werden die Inhalte kompakt und kurzweilig vermittelt, die Kinder sind mit dabei.

TERMIN: Fr. 27.09. – Do. 03.10.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Lutz-Michael Schäfer, HNO-Arzt
KOSTEN: 450 € pro Person (Erw.) für Unterbringung im Zimmer mit Waschgelegenheit, Gemeinschaftsduschen, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme, die Kosten pro Kind betragen 150 €.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

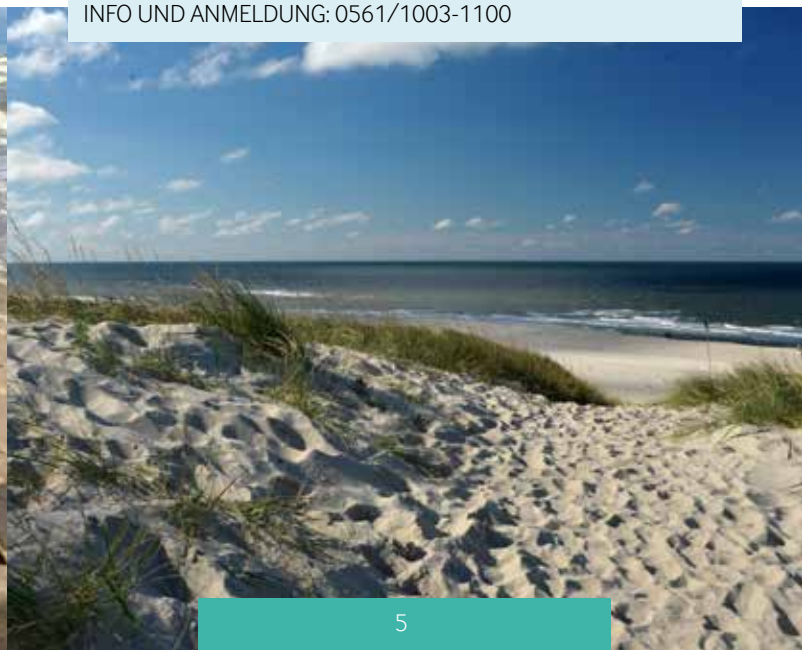
Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

Tinnitus-Seminar

Unter dem Wort „Tinnitus" werden Ohrgeräusche verstanden, die ohne äußeren Einfluss anhaltend oder wiederkehrend über einen längeren Zeitraum wahrgenommen werden. Dabei werden die störenden Geräusche in den Ohren bei einem Tinnitus für sich betrachtet nicht als Krankheit, sondern vielmehr als Symptom gesehen. Die Ursachen sind vielfältig: Stress, Lärmschäden, Hörbeeinträchtigungen, Drehschwindel und andere organische Erkrankungen. Oftmals verbinden sich diese Geräusche mit starken seelischen Beeinträchtigungen im alltäglichen Leben. Neben verschiedenen Vorträgen gibt es gezielte Fragestunden, gemeinsame Spaziergänge mit Hör- und Geräuschtraining und auch viel Freiräume zur individuellen Entspannung mit dem Meer vor der Haustür.

TERMIN: So. 27.10. – So. 03.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Lutz-Michael Schäfer, HNO-Arzt
KOSTEN: 525 € pro Person für Unterbringung im Doppelzimmer* mit DU/WC, 695 € pro Person für Unterbringung im Apartment auf Anfrage, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme / + 70 € /+ 90 € bei Einzelbelegung, mitreisende Angehörige zahlen den Übernachtungs- und Verpflegungspreis.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



Stimmbildung am Meer

Ob im pädagogischen oder therapeutischen Berufsalltag oder als singend und sprechend Tätige, immer ist unsere Stimme gefordert. Das Seminar bietet die Möglichkeit, die eigene Stimme auf leichte und experimentelle Weise neu kennenzulernen. Durch ein wahrnehmungsorientiertes Umgehen mit der Stimme können sowohl Stimmfunktion als auch Körper und Geist eine Selbstregulation erfahren. Inhalte: Erforschen des Kehlkopfes als verlässlichen Partner im Alltag; Entdecken einer neuen Hörweise als Stimulus für eine reiche Stimme; freier und leichter Atem in einem balancierten Körper sowie Lebendigkeit, Wachheit und Resonanz nach innen und außen. Mehr Informationen zur Fortbildung unter www.forum-fortbildung-stimme.de

TERMIN So. 27.10. – Do. 31.10.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Katrin Hoos, Sängerin, Stimmpädagogin
KOSTEN: 775 € pro Person im Apartment bei Einzelbelegung, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

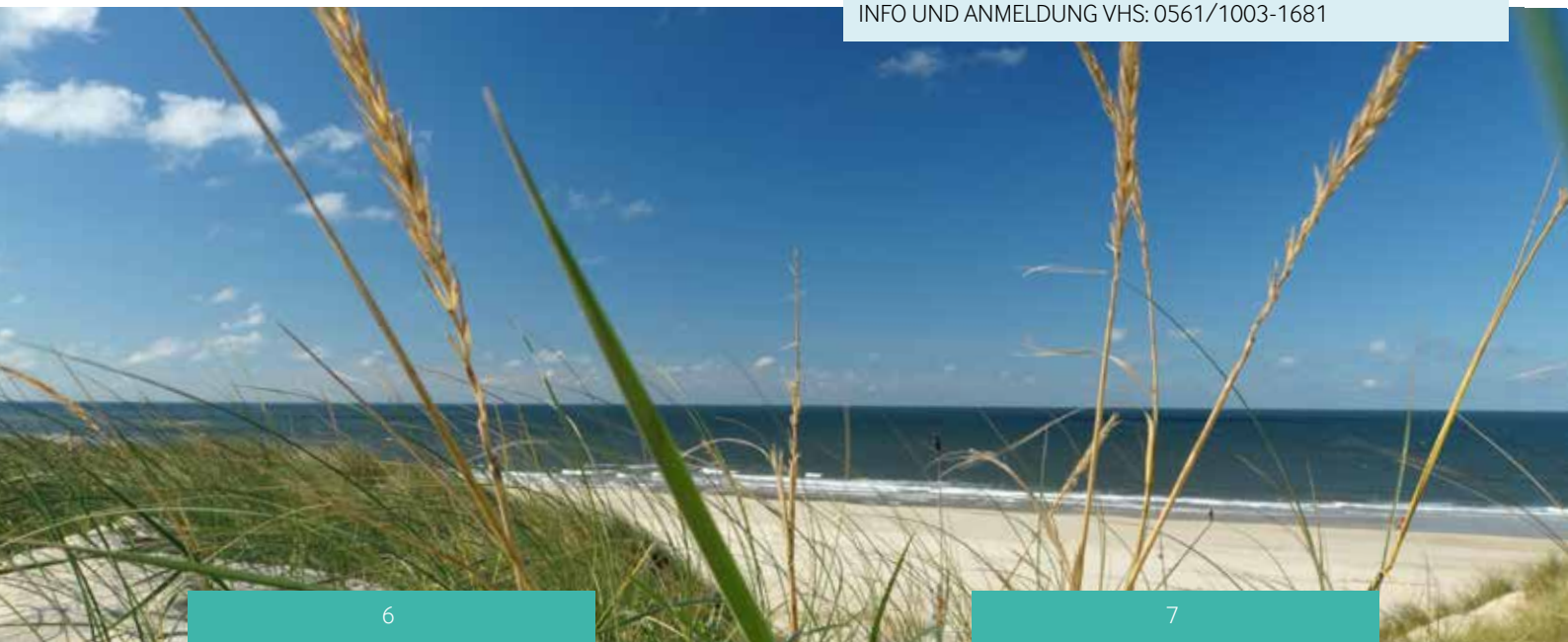
Gewaltfreie Kommunikation

VHS-Kurs 242-11005

Besonders in stressigen Zeiten ist es wichtig, die eigene Selbstfürsorge sowie mentale und körperliche Gesundheit zu stärken, Stress abzubauen und Burnout vorzubeugen. Hierfür können das Praktizieren von Yoga und die Haltung und Methoden der Gewaltfreien Kommunikation eine gute Kombination auf dem Weg zu einem selbstbestimmten Leben in Einklang mit den eigenen Bedürfnissen bilden – sowohl im privaten als auch im beruflichen Bereich. Yoga unterstützt dabei den eigenen Körper achtsam wahrzunehmen und eigene Grenzen und Bedürfnisse zu erkennen. Mithilfe der Gewaltfreien Kommunikation werden Inhalte und Kompetenzen zur Konfliktklärung und zur eigenen Kommunikationswahrnehmung und -reflektion vermittelt. Es geht darum, eigene Stressmuster in der Kommunikation zu erkennen und gesunde Alternativen zu entwickeln. Dieser Bildungsurlaub richtet sich an Menschen aller Altersklassen.

TERMIN: So. 27.10. – So. 03.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Frau Anja Deistler und Claudia Assmuth
KOSTEN: 822,50 € pro Person, Ü/EZ mit Dusche, WC und VP, Seminargebühr, DZ auf Anfrage möglich.
INFO UND ANMELDUNG VHS: 0561/1003-1681

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



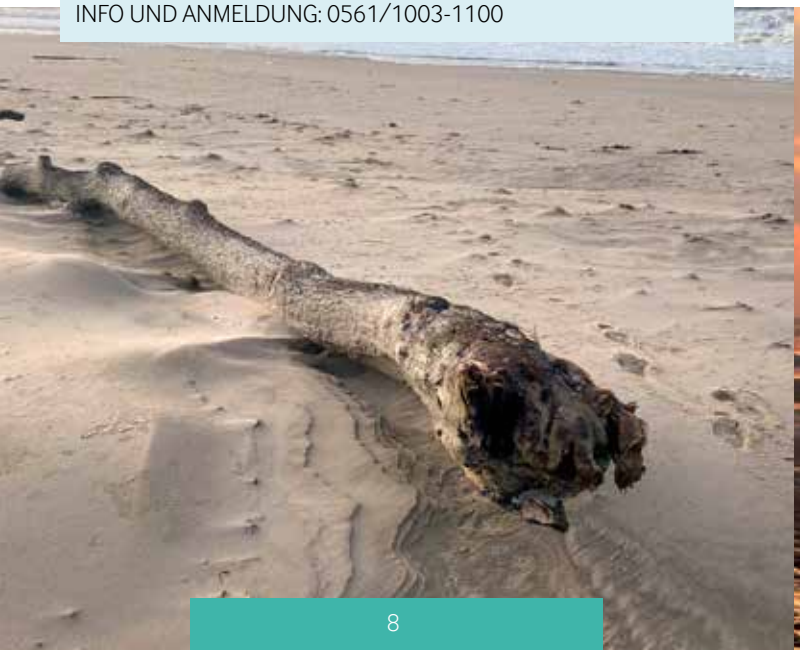
Bewegung leicht gemacht

Tanz und Feldenkrais im Herbst

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die sich mit dem Zusammenhang von Rhythmus und Bewegung ausführlicher beschäftigen möchten: Rhythmusarbeit, bei der der Körper mit Stimme, Klatschen, Stampfen etc. einbezogen und auf Rhythmusinstrumente wie Trommeln, Klanghölzer etc. übertragen wird und in organisch fließende Bewegungen und Tanz übergehen kann. Bei der Feldenkrais-Methode® werden einfache Bewegungsabläufe bewusst und ohne Anstrengung ausgeführt. Dabei wird es möglich, sich selbst klarer zu spüren, eigene Grenzen zu erkennen und neue Bewegungs- und Handlungsspielräume zu entdecken. Die Methode erfordert keine Vorerfahrung und wendet sich an alle, die lernen wollen, sich leichter und harmonischer durchs Leben zu bewegen – und zu tanzen.

TERMIN: So. 03.11. – Sa. 09.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Mechthild Winkler und Gudrun Hirscher
KOSTEN: 505 € im DZ* mit Waschgelegenheit, 535 € im DZ* mit DU/WC / + 60 € bei Einzelbelegung, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



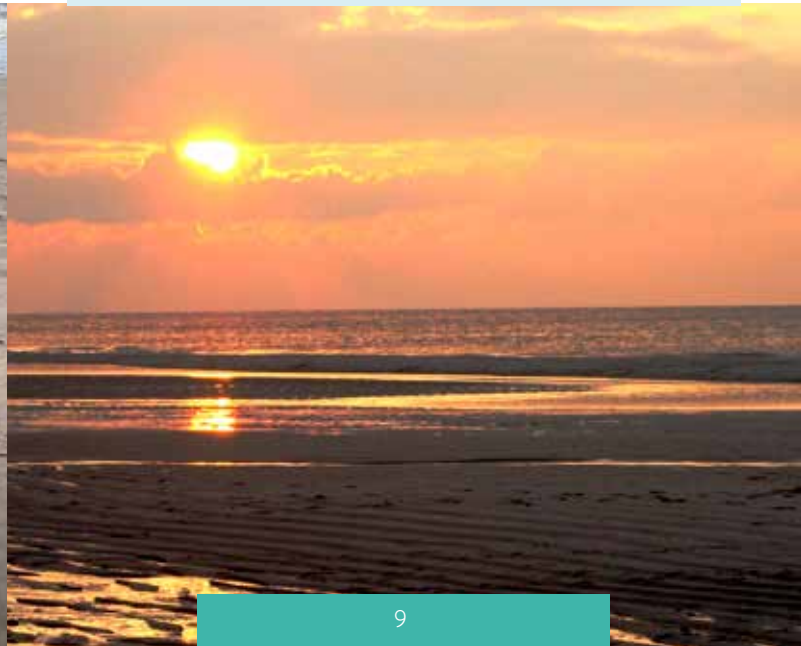
Eine Reise zu den 7 Chakren

VHS-Kurs 242-17381 Kompaktkurs

Die Chakren sind Bewusstseinszentren im menschlichen Körper. Auf unserer Reise wollen wir gemeinsam jedes einzelne Chakra in Verbindung mit Yoga näher kennenlernen. Chakra-Yoga ist ein Übungssystem, durch das die sieben Chakren gezielt gestärkt und angeregt werden können. Wir werden uns in unserer Woche dem Hatha-Yoga in Verbindung mit dem Chakra-Yoga widmen. Durch bestimmte Techniken werden so unsere Chakren mit Energie versorgt und Blockaden können abgebaut werden.
Wir werden gemeinsam jeden Tag die Brise der Nordsee ein- und ausatmen und versuchen, verschiedene Entspannungs-, Atem-, Körper- und Meditationstechniken sowohl draußen in der Natur als auch drinnen anzuwenden, zu üben und zu erleben. Diese sind für Menschen jeden Alters mit und ohne Yogakenntnisse geeignet, da Yoga sich immer an den jeweiligen Körper anpasst.
Vorbesprechung: 04.09.2024, 15.00 Uhr.

TERMIN: So. 03.11 – Sa. 09.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Karoline Saunders-Neumann
KOSTEN: 525 € Ü/EZ mit Dusche, WC und VP, Seminargebühr, DZ auf Anfrage möglich.
INFO UND ANMELDUNG bis 26.08.2024 VHS: 0561/1003-1681

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



Seele singt und schwingt

Da die Stimme das Instrument der Seele ist (Carien Wijnien), können wir über Singen und Tönen unserer Seele Ausdruck geben und sie samt Körper in Schwingung bringen. Diese Urlaubssingwoche inmitten der wunderbaren Natur von Sylt kann uns unterstützen, die Verbindung zu unserem Herzen zu stärken. Wir heißen jede Stimme und jeden Ton willkommen und lassen uns gemeinsam von der Freude an dem, was erklingen oder geschehen soll, leiten. Mögliche Seminarinhalte sind u. a. einfache, spirituelle Lieder aus verschiedenen Kulturen, die auch sehr leicht mehrstimmig erklingen, Körper- und Stimmübungen, gesungene Kreistänze, Töne, Mantren sowie kleine Massageeinheiten. Keine Vorkenntnisse oder Singerfahrungen erforderlich.

TERMIN: Sa. 09.11. – Sa. 16.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Brigitte Stein-Geldmacher
KOSTEN: 510 € pro Person für Unterbringung im DZ* mit Waschgelegenheit, 545 € im DZ* mit DU/WC, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme, / + 70 € bei Einzelbelegung.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

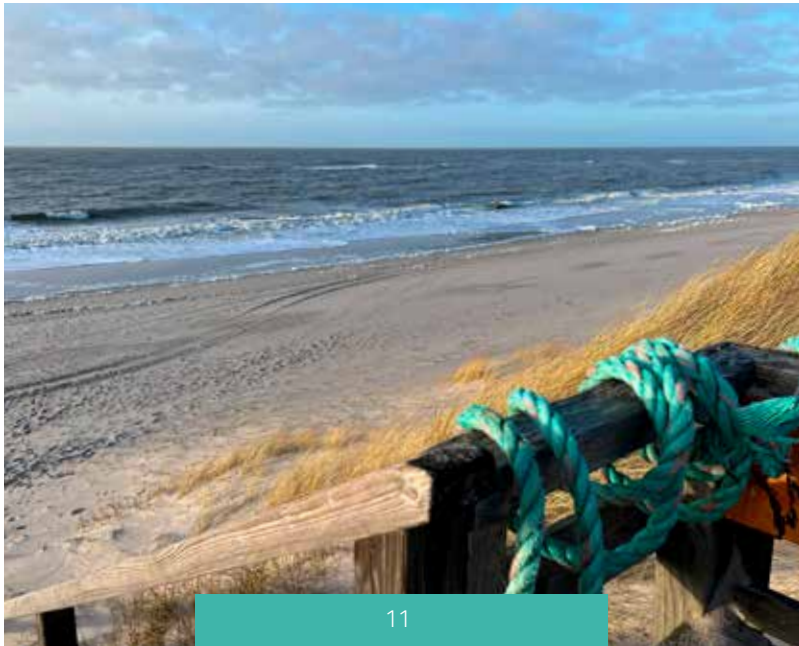
Aktiv im 3. Lebensabschnitt

VHS-Kurs 242-11002

Für Berufstätige, die in den nächsten drei bis vier Jahren in den Ruhestand gehen.
Die Krise der Arbeitsgesellschaft wirkt sich auch massiv auf den Übergang von der Arbeitswelt in den Ruhestand aus. Vorruhestand, Altersteilzeit und Heraufsetzung des Rentenalters sind nur einige der Stichworte in diesem Zusammenhang.
Erwartungen und Sorgen, aber auch Lebensziele für die „Zeit danach" sollen thematisiert werden und ebenso, welche Möglichkeiten es gibt, sich auf den Lebensabschnitt als Rentner bzw. als Rentnerin vorzubereiten. In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft „Arbeit und Leben".

TERMIN: Sa. 09.11. – Sa. 16.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Kezia Rosenkranz
KOSTEN: 653,40 Ü/EZ mit DU/WC, Vollverpflegung, Seminargebühr, DZ auf Anfrage möglich.
INFO UND ANMELDUNG VHS: 0561/1003-1681

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

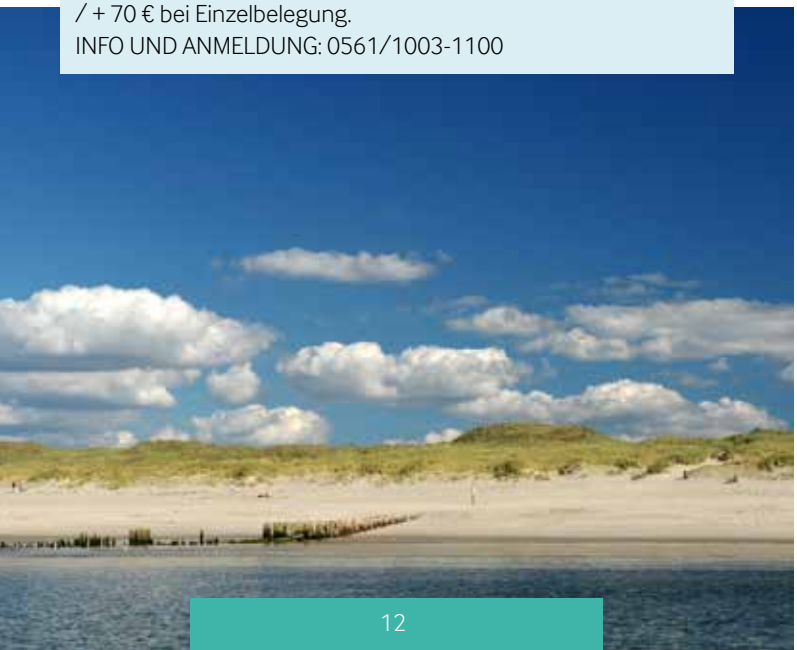


NIA NIA – Bewegung mit Musik und Freude pur

Der November wird leicht, mit Musik, Tanz und Freude an der Bewegung. Yoga und die Floorplay-Sequenzen aus NIA sorgen für fasziale Entspannung und neuromuskuläre Integration. Der Körper wird deutlich leichter, geschmeidiger und das Lächeln geschieht von allein. Das ist NIA! Eine Mischung aus Tanz, Fitness, Kampfsport, Feldenkrais und Yoga. Leicht und kraftvoll mit den Bewegungsübungen aus NIA und Yoga wird jeder Tag zu einem Fest. Am Morgen tanzen wir nach dem Frühstück NIA. Bis zum Mittag gibt es eine Yoga-Faszien-Stunde und Meditation. Der Abend klingt mit Yoga und Meditation und dem Floorplay des NIA aus. So erfährst du rundum Entspannung und Freude. Der Winter und die dunkle Jahreszeit werden so zu einem Freudentanz!

TERMIN: Sa. 09.11. – Sa.16.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Anja Steinmetz, Diplom-Pädagogin, Yogalehrerin und -therapeutin, gem. BDYoga und TriYoga® USA, NIA-Lehrerin White Belt
KOSTEN: 605 € pro Person für Unterbringung im Doppelzimmer* mit DU/WC, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme, / + 70 € bei Einzelbelegung.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



Yoga „Wahres Glück von innen“

VHS-Kurs 242-17359 Kompaktkurs

Neue Energie für den Alltag, den Beruf, die Familie und insbesondere für dich selbst auf Sylt mithilfe von Yoga und Meditation finden. Begleitet mit Dankbarkeitsübungen für mehr Erfüllung, indem wir lernen uns durch die ganzheitliche Yogapraxis feiner wahrzunehmen sowie durch Achtsamkeitsübungen unsere eigenen Grenzen zu erfahren. Wir durchleben in dieser Woche eine Entwicklung hin zu innerer und äußerer Gelassenheit für unsere täglichen Herausforderungen. Wir spüren unsere Lebensfreude und steigern unsere Glücksempfindungen durch aktive Bewegungen, gezielte Entspannung und gesunde Lebensführung, gern auch unter westlichen ayurvedischen Aspekten, aber auch Stressbewältigungsmethoden.
Von Neuling bis zum fortgeschrittenen Yogi können alle etwas aus den Übungen mitnehmen.
Vorbesprechung: 02.09.2024, 18:00 Uhr.

TERMIN: Sa. 9.11. – So. 17.11.24
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Kreis Kassel auf Sylt
LEITUNG: Denise Möller
KOSTEN: 665 € Ü/EZ mit Dusche, WC und VP, Seminargebühr, DZ auf Anfrage möglich.
INFO UND ANMELDUNG VHS bis 05.08.2024: 0561/1003-1681

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

Fitnessdance: Neue Impulse für Körper und Seele

VHS-Kurs 242-17379 Kompaktkurs

Das Thema Gesundheit war nie wichtiger als heute. Ob mit Energy Dance eine neue und gesunde Sportart kennenlernen, Kraft schöpfen bei bester Seeluft, Entspannung lernen, neue Kontakte knüpfen, Massagen buchen oder Salutogenese üben. Lassen Sie sich von mir inspirieren, denn Sylt ist nicht nur ein Ort, sondern ein Gefühl. Energy Dance ermöglicht ein intensives Flow-Erlebnis. Sie fühlen sich belebt und leicht, können den Alltag hinter sich lassen, Anspannungen „weg tanzen" und dabei gleichzeitig den ganzen Körper trainieren.
Vorbesprechung: 16.09.2024, 19.30 Uhr.

TERMIN: Sa. 16.11. – Sa. 23.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Patricia Kranz
KOSTEN: 625 € Ü/EZ mit Dusche, WC und VP, Seminargebühr, DZ auf Anfrage möglich.
INFO UND ANMELDUNG VHS bis 05.08.2024: 0561/1003-1681

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

Klang und Stressmanagement

VHS-Kurs 242-17360 Kompaktkurs

In dieser Woche auf Sylt wollen wir dem Stress auf verschiedenen Ebenen begegnen – sowohl körperlich als auch kognitiv. Wenn wir Stress empfinden, ist es wichtig herauszufinden, wo dieser entspringt, damit wir ihn schneller erkennen und gegenwirken können. Dabei kann STRAIMY© – STRessreduktionsTRAIning mit Yogaelementen helfen. Yoga (Hatha Yoga nach Sivananda) und Klang werden dem Körper Entspannungsimpulse geben. Klang begleitet uns v. a. in der Entspannung und Meditation mit Instrumenten wie Monochord, Ocean Drum oder Klangschalen. Bitte eine Decke für die Entspannung, bequeme Kleidung, evtl. ein Yogakissen mitbringen.

TERMIN: So. 17.11. – Sa. 23.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Ivonne Pannier
KOSTEN: 525 € Ü/EZ mit Dusche, WC und VP, Seminargebühr, DZ auf Anfrage möglich.
INFO UND ANMELDUNG VHS bis 01.09.2024: 0561/1003-1681

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

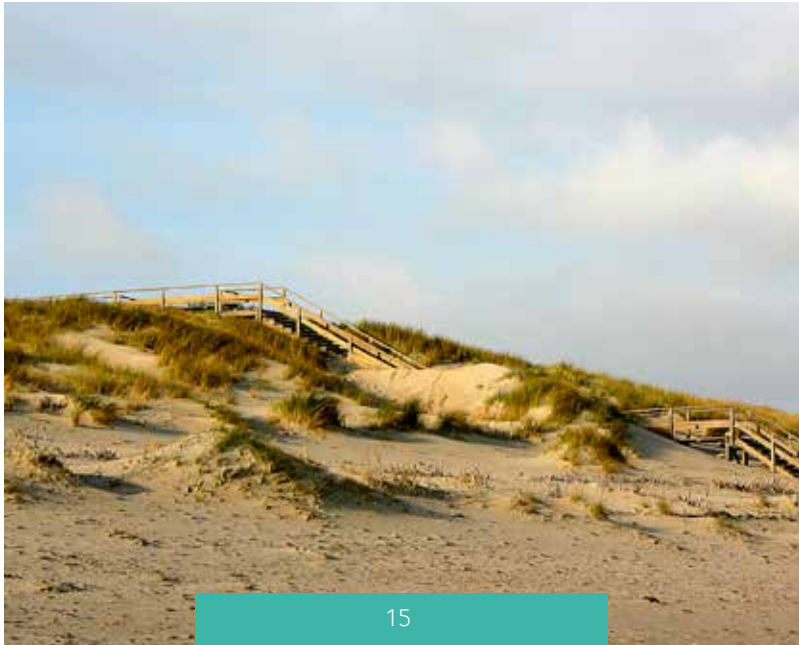
Freude am Stricken

Strickseminar

Auch im Herbst klappern wieder die Stricknadeln auf Sylt – mit frischem Schwung und positiver Energie wird es eine neue Kursleitung geben. Der Zeitpunkt steht schon fest, weitere Details folgen bis spätestens zu den Sommerferien. Herzlich willkommen sind Strickbegeisterte, die gern gemeinsam ihrem Hobby frönen.

TERMIN: Sa. 16.11. – Sa. 23.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: N.N.
Kosten: Unterbringung im DZ* mit Waschgelegenheit bzw. Zimmer mit DU/WC, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme, / + 70 € bei Einzelbelegung,
Detailinformation erfolgt bis Juni 2024.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



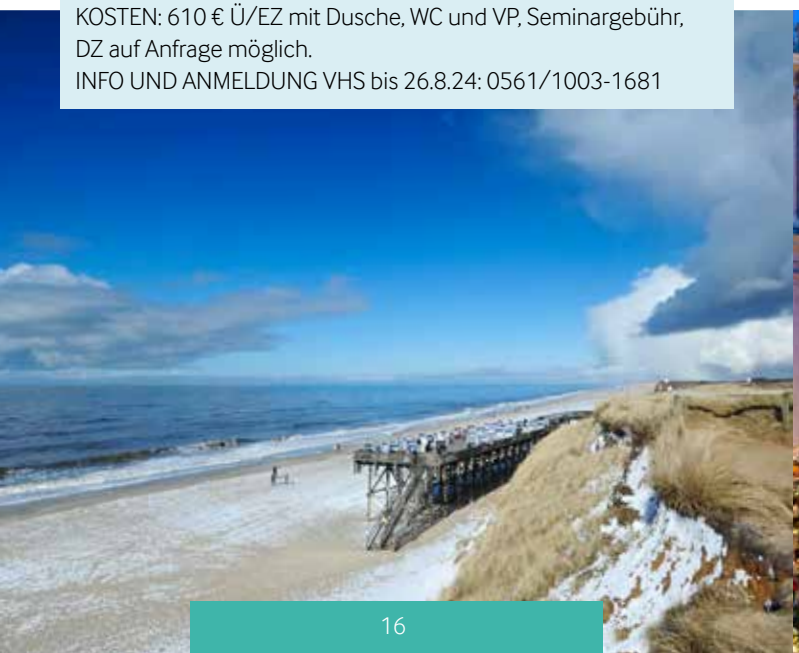
Pilates am Meer

VHS-Kurs 242-17377 Kompaktkurs

In dieser Woche tauchen wir ein in ein tieferes Verständnis für unseren Körper und die Funktionsweise unseres Bewegungsapparates anhand der Pilates-Methode und angeleiteten manuellen Erkundungen des Bewegungsapparates.
Die Trainingstage beginnen mit einer bewussten und energetischen Morgenpraxis, den Kern des Tages bildet eine tiefgehende Trainingseinheit mit Übungen aus Pilates und Yoga sowie Einflüssen aus dem zeitgenössischen Tanz. An den Abenden erfolgt eine Entspannungseinheit, in der wir Techniken aus Massage und Körperarbeit am eigenen Körper und am Körper einer anderen Person anwenden. Wir werden in dieser Woche entspannt, gestärkt, gut gewärmt und mit einem differenzierten Körpergefühl zurückkommen.
Der Kurs richtet sich an Menschen mit einem soliden Fitness-Level, die ihr Verständnis für Körperfunktionen und die richtige Körperhaltung vertiefen wollen. Pilates- oder Yogavorkenntnisse sind von Vorteil.
Vorbesprechung: 16.09.2024, 18:00 Uhr.

TERMIN: Sa. 23.11. – Sa. 30.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Angela Reimuth
KOSTEN: 610 € Ü/EZ mit Dusche, WC und VP, Seminargebühr, DZ auf Anfrage möglich.
INFO UND ANMELDUNG VHS bis 26.8.24: 0561/1003-1681

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt



Fahrt zum Weihnachtsmarkt in Salzburg

Lust auf einen Kurzurlaub per Bus? Nehmen Sie sich ein paar Tage Zeit, die Schönheit des Berchtesgadener Landes zu entdecken. Sie reisen bequem mit dem Bus bis zum Haus Panorama. Am nächsten Tag lernen Sie die Mozartstadt Salzburg bei einer Stadtführung kennen und bummeln über den romantischen Weihnachtsmarkt am Schloss Hellbrunn.
Sie fahren mit dem Schiff über den Königssee zur berühmten Wallfahrtskirche St. Bartholomä. Anschließend geht es zum Christkindlmarkt in Berchtesgaden – lassen Sie sich verzaubern und auf die besinnliche Weihnachtszeit einstimmen.

TERMIN: Mi. 20.11. – Sa. 23.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Haus Panorama
LEITUNG: Marcus Habigt, Hausleitung
KOSTEN: 405 € pro Person für Busfahrten, Unterbringung im Doppelzimmer* mit DU/WC/Balkon und Vollverpflegung, zuzgl. Kurtaxe.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Haus Panorama
in Schönau am Königssee

Gospel gegen den November-blues

Lassen Sie sich vom Spaß am gemeinsamen Singen und vom Rhythmus des Gospels die Sonne ins Herz scheinen. Renate Henke, die Gospelqueen der Sylter, versteht es, die Sängerinnen und Sänger jeden Alters mit auf eine musikalische Reise zu nehmen. Es kann jeder dabei sein, der Lust am Singen hat. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Sonja Horn kümmert sich um das individuelle Rahmenprogramm. Es bleibt genügend Zeit, um sich am Meer ordentlich durchpusten zu lassen, Tee zu trinken, die Seele baumeln zu lassen. An einem Abend wollen wir gemeinsam mit dem Sylter Gospelchor „Island Voices" singen und 'nen Klönschnack halten.

TERMIN: Sa. 23.11. – Sa.30.11.2024
VERANSTALTUNGSORT:
Jugendseeheim Sylt
LEITUNG: Frau Sonja Horn, Hausleitung
KOSTEN: 460 € pro Person für Unterbringung im DZ* mit Waschgelegenheit, 495 € im DZ* mit DU/WC, 670 € im Apartment, inkl. Vollverpflegung und Seminarteilnahme, / + 70 € bei Einzelbelegung.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

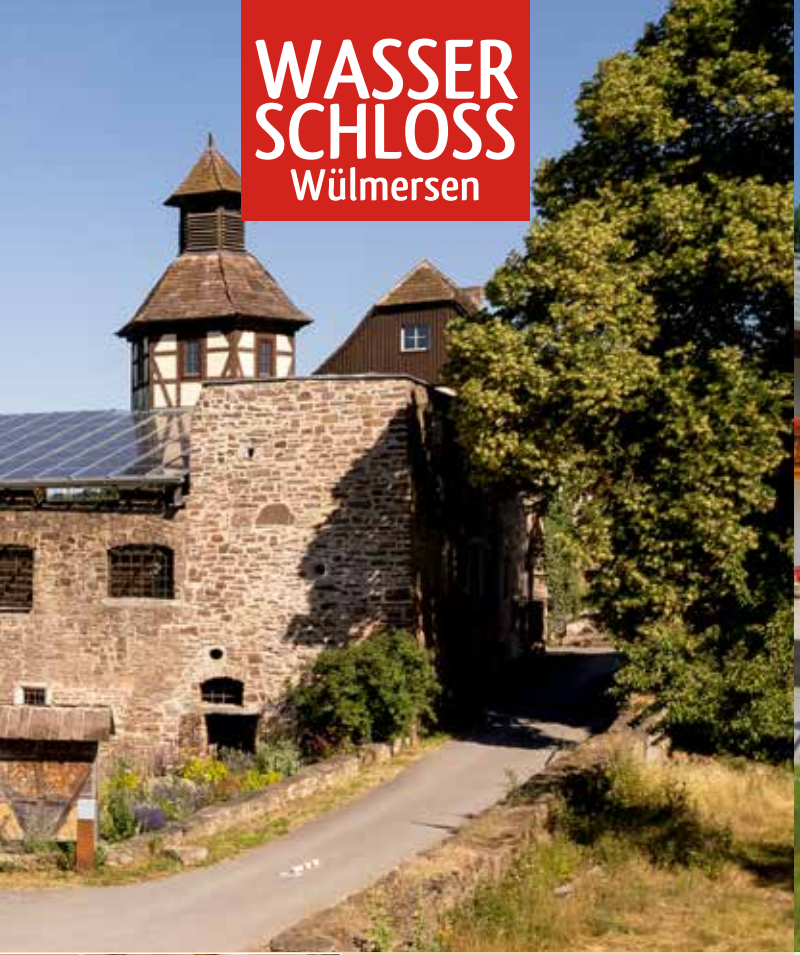
Adventsfreizeiten im Berchtesgadener Land:

Eigenanreise und Busanreise

Wir wollen der Hektik der Vorweihnachtszeit entfliehen und die weihnachtliche Stimmung im Berchtesgadener Land auf uns wirken lassen. Neben Zeit zur Entspannung und eigenen Unternehmungen wird ein abwechslungsreiches Ausflugsprogramm geboten: Geplant sind unter anderem eine Winterwanderung auf dem Soleleitungsweg, ein Besuch des Christkindlmarktes in Salzburg mit Stadtführung und eine Schifffahrt über den Königssee. Das Programm richtet sich nach den Wetterverhältnissen.

TERMINE:
Sa. 23.11. – Sa. 30.11.2024 (Eigenanreise),
Mo. 09.12. – Mo. 16.12.2024 (Busanreise)
VERANSTALTUNGSORT:
Haus Panorama
LEITUNG: Marcus Habigt, Hausleitung
KOSTEN EIGENANREISE: 445 € pro Person für Programm, Unterbringung im Doppelzimmer* mit DU/WC/Balkon, inkl. Vollverpflegung, zzgl. Kurtaxe sowie ca. 120 € für Busfahrten und Eintrittsgelder, die vor Ort bezahlt werden.
KOSTEN BUSANREISE: 630 € pro Person für Programm, Unterbringung im Doppelzimmer* mit DU/WC/Balkon, inkl. Vollverpflegung, zzgl. Kurtaxe sowie ca. 120 € für Busfahrten und Eintrittsgelder, die vor Ort bezahlt werden.
INFO UND ANMELDUNG: 0561/1003-1100

Haus Panorama
in Schönau am Königssee



Wasserschloss Wülmersen
bei Trendelburg

Gruppenhaus und LandMuseum mit Café
Wasserschloss Wülmersen
34388 Trendelburg
Telefon 05675/7210818
Telefax 05675/7210812
E-Mail:
kontakt@wasserschloss-wuelmersen.de
Internet www.wasserschloss-wuelmersen.de
Besuchen Sie uns bei facebook.

Haus Panorama
in Schönau am Königssee

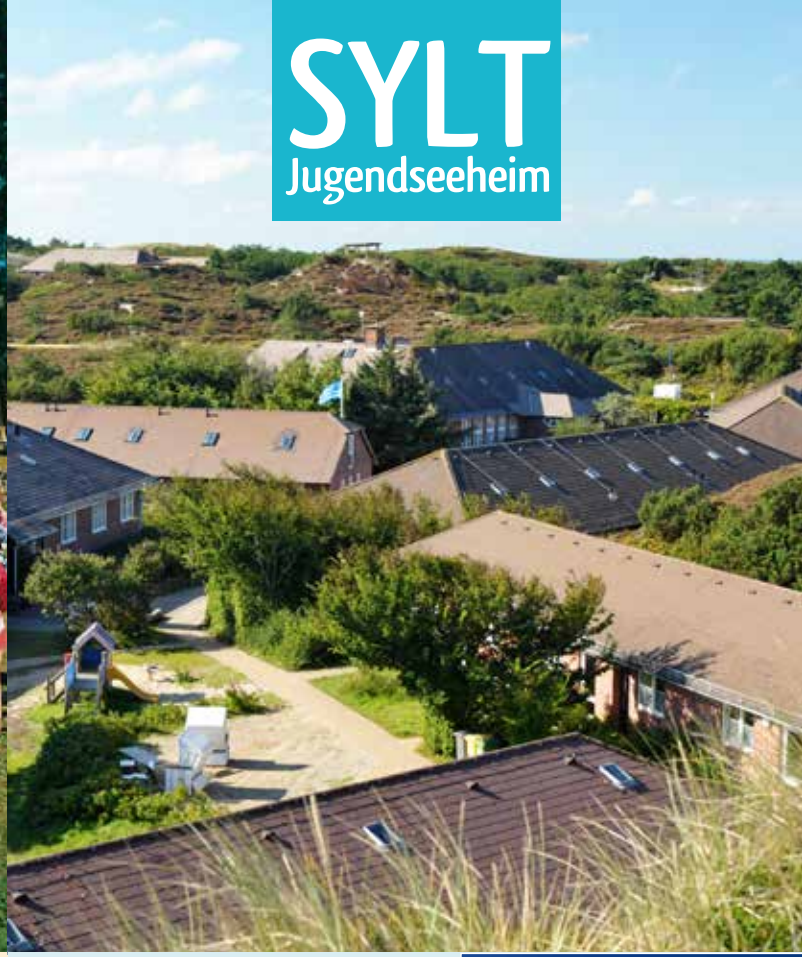
Panoramaweg 7
83471 Schönau am Königssee
Telefon 08652/3956
Telefax 08652/2262
E-Mail:
Hausleitung@haus-panorama.com
Internet www.haus-panorama.com
Besuchen Sie uns bei facebook.

SENSEN STEIN

Jugendburg und
Sportbildungsstätte Sensenstein
im Kaufunger Wald

34329 Nieste
Telefon 05605/9449-0
Telefax 05605/9449-111
E-Mail:
Hausleitung@sensenstein.de
Internet www.sensenstein.de
Besuchen Sie uns bei facebook.

SYLT Jugendseeheim



Jugendseeheim Kreis Kassel
auf der Nordseeinsel Sylt

25992 List/Sylt
Telefon 04651/870227
Telefax 04651/870287
E-Mail:
Heimleitung@jugendseeheim-sylt.de
Internet www.jugendseeheim-sylt.de
Besuchen Sie uns bei facebook.

Jugend- und Freizeiteinrichtungen
Eigenbetrieb des Landkreises Kassel

Wilhelmshöher Allee 19-21
34117 Kassel
Telefon 0561/1003-1100
Telefax 0561/1003-1152
E-Mail info@jufkk.de
www.jufkk.de

© Delta-Consult 3/2024. Fotos: Naturpark Reinhardswald / Visitnordhessen, Andreas Berthel, Markus W. Lamprecht, adobe.com, Diethard Rindermann, Jugend- und Freizeiteinrichtungen – Eigenbetrieb des Landkreises Kassel