

# Zweiter Gesundheitstag in der Alpenwelt Karwendel

Erlebnis für die ganze Familie: Mitmach-Forum, Kurzvorträge und Schnupperstunden am 6. Mai in Wallgau

Oberes Isartal –Gesundheitsvorsorge mit eingebautem Spaßfaktor – das verspricht der zweite Gesundheitstag in der Alpenwelt Karwendel am Samstag, 6. Mai in Wallgau. Unterstützt von der „Gesundheitsregionplus Landkreis Garmisch-Partenkirchen“ dreht sich im Haus des Gastes wieder einen Tag lang alles rund um die Themen Bewegung, Ernährung, Entspannung, Vorsorge und Früherkennung. Nach dem Premienerfolg im Vorjahr und zufriedenen Gesichtern bei Veranstaltern und Besuchern präsentieren auch in diesem Jahr mehr als zwanzig Aussteller informative Alltagstipps und Schnupperstunden sowie ein spannendes Mitmach-Forum.

„Wir haben ein sehr umfangreiches und abwechslungsreiches Programm. Es ist für jeden Geschmack und für alle Altersgruppen etwas dabei“, verspricht

Petra Hilsenbeck, Gesundheitsmanagerin der Zugspitz-Region. Auf dem Programm ste-

hen unter anderem Massagen, Körperanalyse, Blutdruck- und Pulskontrolle, Venenmessung,

Informationen zu Reiten mit Allergikerpferden und Lerntraining mit Pferden. Ebenso wird



Verschiedene Checks – auch das gehört zum Angebot.

Foto: Ullian Edenhofer

Life Kinetik – Gehirntraining mit Bewegung oder ein individueller Augencheck angeboten. Ein weiteres Programmhilflicht ist der AOK Back Check, bei dem die Rumpfmuskulatur gemessen wird. Für den Nachwuchs wird ein Malwettbewerb und eine Kinderbetreuung angeboten.

Mindestens genauso abwechslungsreich wie das Mitmachforum sind die Kurzvorträge:

Die zahlreichen Experten beschäftigen sich etwa mit Osteopathie oder Logopädie, mit Detox-Training oder mit Materialunverträglichkeit bei Zahnersatz. Wer möchte, kann in einem Schnupperkurs das Gesundheitsgerät „smovey“ ausprobieren. Zudem gibt's wieder Schnuppergolfs mit PGA Golf Professional Jody Morris, diesmal von 14 bis 16 Uhr direkt im Golf- & Landclub Karwendel e.V. in Wallgau.

Nach dem ersten Gesundheitstag in der Alpenwelt Karwendel im März 2016 und dem Gesundheitstag in den Ammergauer Alpen im vergangenen Herbst ist der Gesundheitstag in Wallgau bereits der dritte regionale Gesundheitstag in den Talschaften.

Gesundheitsmanagerin Petra Hilsenbeck ist überzeugt von diesem Konzept und freut sich über den Zuspruch in der

Bevölkerung. „Das Thema Gesundheit ist nirgends so gut aufgehoben, wie zu Hause in den Familien und in den einzelnen Gemeinden“, findet Petra Hilsenbeck. „Es gibt kaum einen Aspekt der Gesundheit, der hier nicht angesprochen wird“, so die Gesundheitsmanagerin. Ähnlich sieht das auch Hansjörg Zahler, Beiratsvorsitzender der Gesundheitsregion. „Ein Besuch des Gesundheitstages ist ein Erlebnis für die ganze Familie“, verspricht Wallgauer Bürgermeister und hofft erneut auf großen Andrang im Haus des Gastes. „Die Besucher werden erleben, dass das Thema Gesunderhaltung Spaß machen kann“, sagt Bürgermeister Zahler.

Der Gesundheitstag in der Alpenwelt Karwendel findet am Samstag, 6. Mai von 11 bis 18 Uhr im Haus des Gastes (Zugspitzstraße 11, Wallgau) statt. Der Eintritt ist kostenlos. edh



Petra Hilsenbeck von der „Gesundheitsregionplus“ (Zugspitz-Region) unterstützt den zweiten Gesundheitstag in der Alpenwelt Karwendel. Foto: Marc Gilsdorf