

Montag 14.05.2012	Dienstag 15.05.2012	Mittwoch 16.05.2012	Donnerstag 17.05.2012	Freitag 18.05.2012	Samstag 19.05.2012	Sonntag 20.05.2012
<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in Tönning auf dem Marktplatz Händler aus Dithmarschen und Eiderstedt präsentieren in bunter Vielfalt ihre verlockenden Waren.</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>* 8 - 9 Uhr Rückenschule Kräftigung des Rückens, Stärkung der Muskulatur</p>	<p>10 - 12 Uhr HimmelWolkenMeer Abstrakt Malen nach Herzenslust Ausdrucksmalen oder abstrakte Malerei, ausatmen, den Alltag hinter sich lassen, neue Kraft schöpfen, dem Herzen einmal malereisch Luft machen... Treffpunkt: Atelier Osterhever</p>	<p>7 - 12 Uhr Wochenmarkt in Friedrichstadt auf dem Marktplatz + Stadtführung um 11:30 Uhr</p>	<p>6 - 13 Uhr Wochenmarkt in Heide auf dem größten Marktplatz Deutschlands - unbedingt sehenswert</p>	<p>10 - 18 Uhr Kunsthändlermarkt auf dem Marktplatz St. Peter Ording</p>
<p>11 - 12 Uhr Tennis Schnupper-stunde in St. Peter-Ording</p>						
<p>~13:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>* 17 - 18:30 Uhr Yoga Lernen Sie auf Ihren eigenen Körper zu achten und entschleunigen Sie den Alltag! Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene! Findet unter Anleitung erfahrener Physiotherapeuten statt.</p>	<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in St. Peter-Ording</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>15 Uhr Vom Milchschatz zum Schafskäse Führung auf einem Biolandhof und Einblicke in die Käseherstellung Treffpunkt: Friesische Schafskäserei, Tetenbül Kosten: 3,50 €</p>	<p>* 16 - 17 Uhr Pilates Steuerung der Muskulatur mit Hilfe des Geistes</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P.</p>
<p>* 16 - 16:45 Uhr Pilates</p>		<p>~15:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek</p>		<p>19 - 21 Uhr Malen nach Herzenslust "After Work" Ausdrucksmalen oder abstrakte Malerei, ausatmen, den Alltag hinter sich lassen, neue Kraft schöpfen, dem Herzen einmal malereisch Luft machen... Treffpunkt: Atelier Osterhever Kosten: 50,00 €</p>	<p>~ 16:30 Uhr Wattwandern zu den "Small Five" Treffpunkt: Vollerwiek Deich Dauer: 2 h</p>	
<p>17 - 18 Uhr Der Bernstein an unserer Küste Vortrag und Führung im Nordseebernsteinmuseum in St. Peter-Ording (Dorfstr. 15) Eintritt: 2,- €</p>					<p>* 19 - 21 Uhr Abendwattwanderung in den Sonnenuntergang in Vollerwiek</p>	
					<p>~ 21 - 22:30 Uhr Sterne, Watt und Vogelstimmen Wattwanderung in Vollerwiek</p>	

Legende:	Kultur/ Region	Entspannung/ Gesundheit	Kreativ	Kulinarisches Erlebnis
	Natur	Sport	Vortrag/Beratung	Märkte

Kurs findet im Haus statt/ ~Bitte Voucher an der Rezeption abholen/außerhalb~
Bitte beachten: Alle Kurse mit * benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen !
 Angebote ohne * oder ~ führen Sie bitte selbständig durch. Preise erfahren Sie an der Rezeption!
 evtl. Programmänderungen vorbehalten

Montag 21.05.2012	Dienstag 22.05.2012	Mittwoch 23.05.2012	Donnerstag 24.05.2012	Freitag 25.05.2012	Samstag 26.05.2012	Sonntag 27.05.2012		
8 - 12 Uhr Wochenmarkt in Tönning auf dem Marktplatz	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei	* 8 - 9 Uhr Rückenschule Kräftigung des Rückens, Stärkung der Muskulatur	~ 9 Uhr Wattwandern zu den "Small Five" Treffpunkt: Pfahlbau, St. Peter-Ording Dauer: 2 h	7 - 12 Uhr Wochenmarkt in Friedrichstadt auf dem Marktplatz + Stadtführung	6 - 13 Uhr Wochenmarkt in Heide auf dem größten Marktplatz Deutschlands - unbedingt sehenswert	~ 10 Uhr Weit hinaus! Große Wattwanderung Treffpunkt: Pfahlbau SPO Dauer: 3 h		
11 - 12 Uhr Tennis Schnupper-stunde in St. Peter-Ording		* 9 - 10 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen					* 17 Uhr Nordic Walking Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.	12:45 - 14:00 Uhr Eiderschiffahrt mit Seetierfang Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei
10 - 13 Uhr HimmelWolkenMeer Abstrakt Malen nach Herzenslust Treffpunkt: Atelier Osterhever Kosten: 50,00 €		* 17 - 18:30 Uhr Yoga Lernen Sie auf Ihren eigenen Körper zu achten und entschleunigen Sie den Alltag! Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene! Findet unter Anleitung erfahrener Physiotherapeuten statt.	8 - 12 Uhr Wochenmarkt in St. Peter-Ording	Walken Sie mit uns entlang der Eider durch das Weltnaturerbe Wattenmeer. Stöcke erhalten Sie von uns!	15 Uhr Vom Milchschatf zum Schafskäse Führung auf einem Biolandhof und Einblicke in die Käseherstellung Treffpunkt: Friesische Schafskäserei, Tetenbül Kosten: 3,50 €	* 16 - 17 Uhr Pilates	Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P.	
* 16 - 16:45 Uhr Pilates			~9:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek		16 Uhr Eidersperrwerks-führung Treffpunkt: Infotafeln Parkplatz Eidersperrwerk	* 17 - 18 Uhr autogenes Training mit Klangschaalen		16 Uhr Der Traum vom Fliegen - zu Besuch bei den "Flying Five" Treffpunkt: NABU Naturzentrum Katinger Watt
* 16:45 - 17:30 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen			~ 15 Uhr Besichtigung Herrenhaus Hoyerswort Lassen sich von der märchenhaften Idylle des Schlosses Hoyerswort verführen. Verweilen Sie bei Kaffee und Kuchen und erfahren Sie bei einer 40- minütigen Führung alles über die Geschichte und Mythen des Herrenhauses.		19 - 21 Uhr Malen nach Herzenslust Treffpunkt: Atelier Osterhever Kosten: 50,00 €	19 - 1 Uhr Lange Saunanacht in der Dünen Therme St. Peter-Ording. Ab 21.00 Uhr wird auch die Therme zur textilfreien Zone.		ab 19 Uhr Beachparty am Strand von St. Peter im XH2O mit Live-Musik, Grill und viel Strandgefühl
16 - 17:30 Uhr Der Bernstein an unserer Küste Vortrag und Führung im Nordseebernstein- museum in St. Peter- Ording (Dorfstr. 15) Eintritt: 2,- €						16 Uhr Musikalische Lesung Romantische Salonmusik und Gedichte in der Bücherei Tönning		

Legende:	Kultur/ Region	Entspannung/ Gesundheit	Kreativ	Kulinarisches Erlebnis
	Natur	Sport	Vortrag/Beratung	Märkte

**Kurs findet im Haus statt*/ ~Bitte Voucher an der Rezeption abholen/außerhalb~*
Bitte beachten: Alle Kurse mit * benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen !
 Angebote ohne * oder ~ führen Sie bitte selbständig durch. Preise erfahren Sie an der Rezeption!
 evtl. Programmänderungen vorbehalten

Montag 28.05.2012	Dienstag 29.05.2012	Mittwoch 30.05.2012	Donnerstag 31.05.2012	Freitag 01.06.2012	Samstag 02.06.2012	Sonntag 03.06.2012
8 - 12 Uhr Wochenmarkt in Tönning auf dem	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang	* 8 - 9 Uhr Rückenschule Kräftigung des Rückens, Stärkung der Muskulatur	~ 13:30 Uhr Weit hinaus! Große Wattwanderung <u>Treffpunkt:</u> Pfahlbau SPO <u>Dauer:</u> 3 h	7 - 12 Uhr Wochenmarkt in Friedrichstadt auf dem Marktplatz + Stadtführung	6 - 16:13 Uhr 2. Bürgerflohmarkt auf dem Tönninger Marktplatz: Nur gebrauchtes und keine Neuwaren!	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang
~ 11:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek	Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. <u>Treffpunkt:</u> Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning <u>Kosten:</u> 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei	* 9 - 10 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen	~ 14:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek	11 Uhr Der Traum vom Fliegen - zu Besuch bei den "Flying Five"	* 16 - 17 Uhr Pilates Steuerung der Muskulatur mit Hilfe des Geistes	Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. <u>Treffpunkt:</u> Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning <u>Kosten:</u> 15,50 € p.P.
10 - 13 Uhr HimmelWolkenMeer Abstrakt Malen nach Herzenslust <u>Treffpunkt:</u> Atelier Osterhever <u>Kosten:</u> 50,00 €		8 - 12 Uhr Wochenmarkt in St. Peter-Ording	15 Uhr Vom Milchschaaf zum Schafskäse <u>Treffpunkt:</u> Friesische Schafskäserei, Tetenbül <u>Kosten:</u> 3,50 €	Quack und Schnatter: Vogelkundliche Führung <u>Treffpunkt:</u> NABU Naturzentrum Katinger Watt <u>Dauer:</u> ca. 2 Stunden	* 17 - 18 Uhr autogenes Training mit Klangschaalen	
* 16 - 16:45 Uhr Pilates	* 17 - 18:30 Uhr Yoga	19 - 21 Uhr Malen nach Herzenslust "After Work"	* 17 Uhr Nordic Walking	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang <u>Treffpunkt:</u> Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning <u>Kosten:</u> 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei	~ 21:30 - 23 Uhr Sterne, Watt und Vogelstimmen Wattwanderung in Vollerwiek	16 - 18 Uhr Nichts als Teer am Eiderdamm? Eine Spülsaumwanderung der besonderen Art. <u>Treffpunkt:</u> Lina Hähnle Haus, Kating
* 16:45 - 17:30 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen	Lernen Sie auf Ihren eigenen Körper zu achten und entschleunigen Sie den Alltag! Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene! Findet unter Anleitung erfahrener Physiotherapeuten statt.	Ausdrucksmalen oder abstrakte Malerei, ausatmen, den Alltag hinter sich lassen, neue Kraft schöpfen, dem Herzen einmal malereisch Luft machen... <u>Treffpunkt:</u> Atelier Osterhever <u>Kosten:</u> 50,00 €	Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Walken Sie mit uns entlang der Eider durch das Weltnaturerbe Wattenmeer. Stöcke erhalten Sie von uns!		6 - 13 Uhr Wochenmarkt in Heide auf dem größten Marktplatz Deutschlands - unbedingt sehenswert	
16 - 17:30 Uhr Der Bernstein an unserer Küste Vortrag und Führung im Nordseebernstein- museum in St. Peter- Ording (Dorfstr. 15) <u>Eintritt:</u> 2,- €						~ 19 - 21:30 Uhr Abendwattwanderung in den Sonnenuntergang am Westerhever

Legende:	Kultur/ Region	Entspannung/ Gesundheit	Kreativ	Kulinarisches Erlebnis
	Natur	Sport	Vortrag/Beratung	Märkte

Kurs findet im Haus statt/ ~Bitte Voucher an der Rezeption abholen/außerhalb~
Bitte beachten: Alle Kurse mit * benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen !
 Angebote ohne * oder ~ führen Sie bitte selbständig durch. Preise erfahren Sie an der Rezeption!
 evtl. Programmänderungen vorbehalten

Montag 04.06.2012	Dienstag 05.06.2012	Mittwoch 06.06.2012	Donnerstag 07.06.2012	Freitag 08.06.2012	Samstag 09.06.2012	Sonntag 10.06.2012
<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in Tönning auf dem Marktplatz Händler aus Dithmarschen und Eiderstedt präsentieren in bunter Vielfalt ihre verlockenden Waren.</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>* 8 - 9 Uhr Rückenschule Kräftigung des Rückens, Stärkung der Muskulatur</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>7 - 12 Uhr Wochenmarkt in Friedrichstadt auf dem Marktplatz inkl. Stadtführung 11:30</p>	<p>6 - 13 Uhr Wochenmarkt in Heide auf dem größten Marktplatz Deutschlands - unbedingt sehenswert</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang</p>
<p>* 16 - 16:45 Uhr Pilates Steuerung der Muskulatur mit Hilfe des Geistes</p>		<p>* 9 - 10 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen</p>		<p>~10 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>10 - 12 Uhr Das Watt lebt - die "Small Five" Entdecken Sie den trockenfallenden Meeresboden! Treffpunkt: Schaukasten am Westerhever Leuchtt.</p>	<p>14 - 15:30 Uhr Kite- oder Katamaran Schnupperkurs in St. Peter-Ording Bitte melden Sie sich im Hotel rechtzeitig dazu an! Mindestteilnehmerzahl 3, max. 6 Personen Kosten: 18,- / 15,- € Treffpunkt: X-H2O</p>
<p>* 16:45 - 17:30 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen</p>	<p>* 17 - 18:30 Uhr Yoga Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.</p>	<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in St. Peter-Ording Händler aus Dithmarschen und Eiderstedt präsentieren in bunter Vielfalt ihre verlockenden Waren.</p>	<p>* 17 Uhr Nordic Walking Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Walken Sie mit uns entlang der Eider durch das Weltnaturerbe Wattenmeer. Stöcke erhalten Sie von uns!</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Eiderschiffahrt mit Seetierfang Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>* 16 - 17 Uhr Pilates</p>	<p>18 - 21:30 Uhr Unser Bio-Restaurant "Alte Schule" hält allerlei Köstlichkeiten für Sie bereit. Wie wäre es z.B. mit einem leckeren 3-Gang Genießer-Menü für nur 24,50 € pro Person? Wir wünschen einen guten Appetit!</p>
<p>19:30 - 21:30 Uhr Abendwattwanderung in den Sonnenuntergang durch das Wattenmeer Treffpunkt: Vollerwiecker Deich Straßenkreuzung Veranstalter: NABU</p>	<p>20 Uhr Wattwandern in den Sonnenuntergang zu den "Small Five" Treffpunkt: Pfahlbau, St. Peter-Ording Dauer: 2 h</p>	<p>~9:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>15 Uhr Vom Milchschatz zum Schafskäse Führung auf einem Biolandhof und Einblicke in die Käseherstellung Treffpunkt: Friesische Schafskäserei, Tetenbül Kosten: 3,50 €</p>	<p>17 - 18 Uhr autogenes Training mit Klangschalen</p>	<p>14 Uhr Der Traum vom Fliegen - zu Besuch bei den "Flying Five" Quack und Schnatter: Vogelkundliche Führung Treffpunkt: NABU Naturzentrum Katinger Watt Dauer: ca. 2 Stunden</p>	

Legende:	Kultur/ Region	Entspannung/ Gesundheit	Kreativ	Kulinarisches Erlebnis
	Natur	Sport	Vortrag/Beratung	Märkte

Kurs findet im Haus statt/ ~Bitte Voucher an der Rezeption abholen/außerhalb~
Bitte beachten: Alle Kurse mit * benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen !
 Angebote ohne * oder ~ führen Sie bitte selbständig durch. Preise erfahren Sie an der Rezeption!
 evtl. Programmänderungen vorbehalten

Montag 11.06.2012	Dienstag 12.06.2012	Mittwoch 13.06.2012	Donnerstag 14.06.2012	Freitag 15.06.2012	Samstag 16.06.2012	Sonntag 17.06.2012
<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in Tönning auf dem Marktplatz Händler aus Dithmarschen und Eiderstedt präsentieren in bunter Vielfalt ihre verlockenden Waren.</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>* 8 - 9 Uhr Rückenschule Kräftigung des Rückens, Stärkung der Muskulatur</p>	<p>10 - 12 Uhr HimmelWolkenMeer Abstrakt Malen nach Herzenslust Ausdrucksmalen oder abstrakte Malerei, ausatmen, den Alltag hinter sich lassen, neue Kraft schöpfen, dem Herzen einmal malereisch Luft machen... Treffpunkt: Atelier Osterhever</p>	<p>7 - 12 Uhr Wochenmarkt in Friedrichstadt auf dem Marktplatz + Stadtführung um 11:30 Uhr</p>	<p>6 - 13 Uhr Wochenmarkt in Heide auf dem größten Marktplatz Deutschlands - unbedingt sehenswert</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>
<p>~11:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek</p>		<p>* 9 - 10 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen</p>		<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>		
<p>* 16 - 16:45 Uhr Pilates</p>	<p>15 - 17 Uhr Nichts als Teer am Eiderdamm? Eine Spülsaumwanderung der besonderen Art. Treffpunkt: Lina Hähnle Haus, Kating</p>	<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in St. Peter-Ording</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>15 Uhr Vom Milchschaaf zum Schafskäse Führung auf einem Biolandhof und Einblicke in die Käseherstellung Treffpunkt: Friesische Schafskäserei, Tetenbül Kosten: 3,50 €</p>	<p>* 16 - 17 Uhr Pilates</p>	<p>14 - 15:30 Uhr Kite- oder Katamaran Schnupperkurs in St. Peter-Ording Bitte melden Sie sich im Hotel rechtzeitig dazu an! Mindestteilnehmerzahl3, max. 6 Personen Kosten: 18,- / 15,- € Treffpunkt: X-H2O</p>
<p>* 16:45 - 17:30 Uhr autogenes Training</p>				<p>19 - 21 Uhr Malen nach Herzenslust "After Work" Ausdrucksmalen oder abstrakte Malerei, ausatmen, den Alltag hinter sich lassen, neue Kraft schöpfen, dem Herzen einmal malereisch Luft machen... Treffpunkt: Atelier Osterhever Kosten: 50,00 €</p>	<p>* 17 Uhr Nordic Walking Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Stöcke erhalten Sie von uns!</p>	
<p>17 - 18 Uhr Der Bernstein an unserer Küste Vortrag und Führung im Nordseebernsteinmuseum in St. Peter-Ording (Dorfstr. 15) Eintritt: 2,- €</p>	<p>* 17 - 18:30 Uhr Yoga Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene!</p>	<p>~14 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>* 17 Uhr Nordic Walking Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Stöcke erhalten Sie von uns!</p>	<p>~ 21 - 22:30 Uhr Sterne, Watt und Vogelstimmen Nacht-Wattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>19:30 Uhr Sommerkonzert Unter der Leitung von Rodney Andren und der Kantorei St. Laurentius unter Leitung von Kreiskantor Christian Hoffman. Ort: St. Laurentius Kirche auf dem Tönninger Marktplatz</p>	<p>18 - 21:30 Uhr Unser Bio-Restaurant "Alte Schule" hält allerlei Köstlichkeiten für Sie bereit. Wie wäre es z.B. mit einem leckeren 3-Gang Genießer-Menü für nur 24,50 € pro Person? Wir wünschen einen guten Appetit!</p>

Legende:	Kultur/ Region	Entspannung/ Gesundheit	Kreativ	Kulinarisches Erlebnis
	Natur	Sport	Vortrag/Beratung	Märkte

**Kurs findet im Haus statt*/ ~Bitte Voucher an der Rezeption abholen/außerhalb~
Bitte beachten: Alle Kurse mit * benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen !
Angebote ohne * oder ~ führen Sie bitte selbständig durch. Preise erfahren Sie an der Rezeption!
evtl. Programmänderungen vorbehalten*

Montag 18.06.2012	Dienstag 19.06.2012	Mittwoch 20.06.2012	Donnerstag 21.06.2012	Freitag 22.06.2012	Samstag 23.06.2012	Sonntag 24.06.2012	
<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in Tönning auf dem Marktplatz</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang</p> <p>Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>* 8 - 9 Uhr Rückenschule Kräftigung des Rückens, Stärkung der Muskulatur</p>	<p>~ 9 Uhr Kinderwattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>7 - 12 Uhr Wochenmarkt in Friedrichstadt auf dem Marktplatz + Stadtführung</p>	<p>6 - 13 Uhr Wochenmarkt in Heide auf dem größten Marktplatz Deutschlands - unbedingt sehenswert</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang</p>	
<p>13 Uhr Der Traum vom Fliegen - zu Besuch bei den "Flying Five" Quack und Schnatter: Vogelkundliche Führung Treffpunkt: NABU Naturzentrum Katinger Watt Dauer: ca. 2 Stunden</p>		<p>* 9 - 10 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen</p>	<p>8 - 12 Uhr Wochenmarkt in St. Peter-Ording</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang</p> <p>Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P.</p>	<p>~ 9:30 Uhr Kinderwattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>~ 9 Uhr Wattwandern zu den "Small Five" Treffpunkt: Pfahlbau "Die Strandhütte" SPO Dauer: 2 h</p>	<p>14 - 15:30 Uhr Kite- oder Katamaran Schnupperkurs in St. Peter-Ording</p> <p>Bitte melden Sie sich im Hotel rechtzeitig dazu an!</p> <p>Mindestteilnehmerzahl 3, max. 6 Personen</p> <p>Kosten: 18,- / 15,- €</p> <p>Treffpunkt: X-H2O</p>
<p>* 16 - 16:45 Uhr Pilates</p>	<p>* 17 - 18:30 Uhr Yoga</p> <p>Lernen Sie auf Ihren eigenen Körper zu achten und entschleunigen Sie den Alltag!</p> <p>Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene!</p> <p>Findet unter Anleitung erfahrener Physiotherapeuten statt.</p>	<p>~ 8:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek</p>	<p>14 Uhr 1. Beach-Polo-Ocean-Trophy 2012 in St. Peter Ording</p>	<p>12:45 - 14:00 Uhr Eiderschiffahrt mit Seetierfang</p> <p>Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei</p>	<p>* 16 - 17 Uhr Pilates</p>	<p>18 - 21:30 Uhr</p> <p>Unser Bio-Restaurant "Alte Schule" hält allerlei Köstlichkeiten für Sie bereit.</p> <p>Wie wäre es z.B. mit einem leckeren 3-Gang Genießer-Menü für nur 24,50 € pro Person?</p> <p>Wir wünschen einen guten Appetit!</p>	
<p>* 16:45 - 17:30 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen</p>		<p>~ 15 Uhr Besichtigung Herrenhaus Hoyerswort</p> <p>Lassen sich von der märchenhaften Idylle des Schlosses Hoyerswort verführen. Verweilen Sie bei Kaffee und Kuchen und erfahren Sie bei einer 40-minütigen Führung alles über die Geschichte und Mythen des Herrenhauses.</p>	<p>16 Uhr Eidersperrwerks-führung</p> <p>Treffpunkt: Infotafeln Parkplatz Eidersperrwerk</p>	<p>15 Uhr Vom Milchschatz zum Schafskäse Führung auf einem Biolandhof und Einblicke in die Käseherstellung Treffpunkt: Friesische Schafskäserei, Tetenbül Kosten: 3,50 €</p>	<p>* 17 - 18 Uhr autogenes Training mit Klangschaalen</p>		<p>16 Uhr Der Traum vom Fliegen - zu Besuch bei den "Flying Five"</p> <p>Treffpunkt: NABU Naturzentrum Katinger Watt</p>
<p>16 - 17:30 Uhr Der Bernstein an unserer Küste</p> <p>Vortrag und Führung im Nordseebernsteinmuseum in St. Peter-Ording (Dorfstr. 15) Eintritt: 2,- €</p>		<p>19 - 21 Uhr Malen nach Herzenslust</p> <p>Treffpunkt: Atelier Osterhever Kosten: 50,00 €</p>	<p>* 17 Uhr Nordic Walking Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Stöcke erhalten Sie von uns!</p>	<p>20:30 Uhr Mit Batman durch die Nacht - Fledermausführung! Treffpunkt: NABU</p>			

Legende:	Kultur/ Region	Entspannung/ Gesundheit	Kreativ	Kulinarisches Erlebnis
	Natur	Sport	Vortrag/Beratung	Märkte

**Kurs findet im Haus statt*/ ~Bitte Voucher an der Rezeption abholen/außerhalb~*
Bitte beachten: Alle Kurse mit * benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen !
Angebote ohne * oder ~ führen Sie bitte selbständig durch. Preise erfahren Sie an der Rezeption!
evtl. Programmänderungen vorbehalten

Montag 25.06.2012	Dienstag 26.06.2012	Mittwoch 27.06.2012	Donnerstag 28.06.2012	Freitag 29.06.2012	Samstag 30.06.2012	Sonntag 01.07.2012
8 - 12 Uhr Wochenmarkt in Tönning auf dem	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei	* 8 - 9 Uhr Rückenschule Kräftigung des Rückens, Stärkung der Muskulatur	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang Bei einer Fahrt auf der Eider zwischen dem Eidersperrwerk und Tönning - vorbei an den Seehundsbänken - eröffnet sich Ihnen eine ganz neue Perspektive. Treffpunkt: Eiderkaje Schiffsanleger, Hafen Tönning Kosten: 15,50 € p.P. Kinder bis 14 frei	7 - 12 Uhr Wochenmarkt in Friedrichstadt auf dem Marktplatz + Stadtführung	6 - 13 Uhr Wochenmarkt in Heide auf dem größten Marktplatz Deutschlands - unbedingt sehenswert	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang
~ 10:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek		* 9 - 10 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen				
* 16 - 16:45 Uhr Pilates	* 17 - 18:30 Uhr Yoga Lernen Sie auf Ihren eigenen Körper zu achten und entschleunigen Sie den Alltag! Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene! Findet unter Anleitung erfahrener Physiotherapeuten statt.	19 - 21 Uhr Malen nach Herzenslust "After Work" Ausdrucksmalen oder abstrakte Malerei, ausatmen, den Alltag hinter sich lassen, neue Kraft schöpfen, dem Herzen einmal malereisch Luft machen... Treffpunkt: Atelier Osterhever Kosten: 50,00 €	* 17 Uhr Nordic Walking Für Anfänger und Fortgeschrittene geiegnert. Walken Sie mit uns entlang der Eider durch das Weltnaturerbe Wattenmeer. Stöcke erhalten Sie von uns!	12:45 - 14:00 Uhr Warum ist die Scholle platt? Eiderschiffahrt mit Seetierfang	* 17 - 18 Uhr autogenes Training mit Klangschalen	~ 16:30 Uhr Wattwanderung in Vollerwiek
* 16:45 - 17:30 Uhr autogenes Training Entspannen und Loslassen				~ 21:30 - 23 Uhr Sterne, Watt und Vogelstimmen Wattwanderung in Vollerwiek		
16 - 17:30 Uhr Der Bernstein an unserer Küste Vortrag und Führung im Nordseeberstein- museum in St. Peter- Ording (Dorfstr. 15) Eintritt: 2,- €				19 - 1 Uhr Lange Saunanacht in der Dünen Therme St. Peter-Ording. Ab 21.00 Uhr wird auch die Therme zur textilfreien Zone.		

Legende:	Kultur/ Region	Entspannung/ Gesundheit	Kreativ	Kulinarisches Erlebnis
	Natur	Sport	Vortrag/Beratung	Märkte

Kurs findet im Haus statt/ ~Bitte Voucher an der Rezeption abholen/außerhalb~
Bitte beachten: Alle Kurse mit * benötigen eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen !
 Angebote ohne * oder ~ führen Sie bitte selbständig durch. Preise erfahren Sie an der Rezeption!
 evtl. Programmänderungen vorbehalten