



Reif für die Insel: Bereits zum zehnten Mal veranstaltete die VHS ein Bewegungs- und Entspannungswochenende auf Wangeroo-

ge. Unterstützt durch Fasten mit Früchten und Zilgri-Übungen gegen Verspannungen tankten die Teilnehmer unter Anleitung

von Dozentin Inge Echterhagen (vorne links) bei frischer Seeluft und Sonnenstrahlen neue Energie für den Alltag.

FOTO: PIEPER/P