News

News: 30. Gesundheitswoche auf Juist startet im April 2026

Beigetragen von JNN am 13. Feb 2026 - 16:52 Uhr

Ein kleines Jubiläum mit großer Wirkung: Von Sonntag, 12. April, bis einschließlich Freitag, 17. April 2026, findet auf Juist die 30. Gesundheitswoche statt. Seit drei Jahrzehnten steht das Format für fundierte Gesundheitsimpulse, nachhaltige Prävention und neue Perspektiven auf Körper und Geist.

Die hohe Nachfrage bestätigt den Erfolg: Viele Kurse sind bereits ausgebucht oder sehr gut gebucht.

Das Programm der Gesundheitswoche ist bewusst ganzheitlich angelegt. Die Wochenkurse finden sowohl vormittags als auch nachmittags beziehungsweise abends statt und lassen sich gut mit dem Inselalltag kombinieren.

Ergänzt wird das Angebot durch ein kostenfreies Rahmenprogramm für alle Teilnehmenden. Dazu zählen eine gemeinsame Eröffnungsveranstaltung, Frühmorgen-Meditation und Frühmorgen-Qigong, ein Abschlusskonzert sowie zwei hochkarätig besetzte Vorträge.

Inhaltlich spannt die Gesundheitswoche einen weiten Bogen: Am Dienstag spricht Dr. med. Bernd Kleine-Gunk über die Frage „Wird Altern eine behandelbare Erkrankung?“. Am Donnerstag widmet sich Dipl.-Psych. Andreas H. Abel dem Thema „Psychische Gesundheit im Takt der Gezeiten“. Das musikalische Finale bildet das Konzert von Josef Barnickel am Freitag mit mitreißender Piano-Musik.

Zusätzlich besteht die Möglichkeit, kostenpflichtige Einzel-Coachings zu buchen. Zur Auswahl stehen heiltherapeutisches Coaching, Laufcoaching sowie physiotherapeutische Angebote – individuell, professionell begleitet und eingebettet in die besondere Atmosphäre der Insel.

Alle Informationen zur Gesundheitswoche sowie zur Anmeldung sind auf der Website der Kurverwaltung Juist, juist.de, zu finden:
https://www.juist.de/gesundheit/fitness-gesundheit/gesundheitswoche

TEXT UND FOTOS: KURVERWALTUNG JUIST

Article pictures