



Pressemitteilung: Sport und Kultur am Meer – Norderney

15. Juni bis 23. Juli 2022

Die Veranstaltung **Sport und Kultur am Meer** geht bereits in seine dritte Runde. Ein „Pandemie-Kind“, das sich großartig entwickelte und mit jedem weiteren Jahr steigende Begeisterung unter den Besucher:innen und Teilnehmer:innen erfährt. Als ein alternatives Veranstaltungsformat versuchte **Sport und Kultur am Meer** die entstandene Lücke des besucherstarken White Sands Festivals wie auch der Open-Air Konzertreihe Summertime@NORDERNEY, die aus bekannten Gründen ausfallen mussten, zu füllen und das gelang mit Erfolg. Zukünftig planen die Veranstalter langfristig das neue Format fest im Veranstaltungskalender auf Norderney zu verankern.

Sport am Meer vom 15. Juni – 23. Juli 2022

Auch 2022 wird es bei **Sport am Meer** wieder ein buntes und abwechslungsreiches Sportangebot geben. Auf der Eventfläche oberhalb der Strandpromenade am Norderneyer Nordstrand wird über sechs Wochen eine Sportübungs- und Kursfläche errichtet für ein tägliches Sportangebot, das sich über eine Vielzahl an Gruppenkursen erstreckt, sowie einen Outdoor Fitness Cube bietet für selbständiges Trainieren.

Wie jedes neue Jahr mit **Sport & Kultur am Meer** haben sich die Veranstalter eine Besonderheit ausgedacht: Die insgesamt sechs Sportwochen zu verschiedenen Fitnesstrends beginnen diesmal mit **zwei Intensivwochen** „Yoga“ und „Laufen“ (als Kompaktpakete) gefolgt von vier Themenwochen mit unterschiedlichen sportlichen Schwerpunkten. In den Sportwochen ab dem 27. Juni finden täglich und von 8:00 Uhr bis 19:30 Uhr bis zu sechs Sportkurse statt. Die angeleiteten Gruppenkurse decken eine große Bandbreite an verschiedenen Sportarten und Sportpräferenzen ab, sodass von Koordination, Kondition, Entspannung bis Power und Kräftigung alles dabei ist. Passionierte Trainer:innen, die Atmosphäre, die Location und die Leidenschaft zum Sport machen **Sport am Meer** auf Norderney zu einem reizvollen Sommererlebnis.

Die Sportwochen im Überblick

15. - 19. Juni: Yoga Days (Intensivwoche)

22. - 26. Juni: Running Days (Intensivwoche)

27. Juni - 03. Juli: Jumping Fitness

04. – 10. Juli: Cycling

11. – 17. Juli: Dance & Hula Hoop

18. – 23. Juli: Bodyworkout

Die Intensivwochen 2022

Bei den beiden Intensiv-Wochen handelt es sich um Kompaktpakete mit den jeweiligen Sport-Schwerpunkten, die eine hochwertige Unterkunft im 4-Sterne Thalasso Hotel sowie spannende und hochklassige Side-Events neben den professionell angeleiteten Trainingseinheiten inkludieren. Das Kennenlernen der Insel, die intensive Auseinandersetzung mit der Sportart und der eigenen physischen und psychischen Leistungs- und Entwicklungsfähigkeit sowie eine positive Gruppendynamik unter gleichgesinnten machen die Intensivtage zu einem besonderen Highlight, das für jede:n Teilnehmer:in Potential bietet Entwicklung anzustoßen und den eigenen Zielen näher zu kommen. Für die Intensivtage sind Experten aus der Branche geladen, welche mit ihrem fachlichen Know-how, durch ihren Werdegang und ihrer persönlichen Affinität zum Sport als professionelle:r Ansprechpartner:in, Trainer:in, Coach und Expert:in allen Teilnehmern zur Seite stehen.

Die **Yoga Days vom 15. bis 19. Juni** versprechen eine Reise zu sich selbst mit Yoga und Meditation am Meer. Viele erlebnisreiche Yoga Einheiten widmen sich Körper, Geist und Seele. Ob powervoll, entspannend, stärkend oder beruhigend, Yoga und Meditation sind facettenreich und in vielen Lebenslagen heilvolle Methoden um Ausgleich, Selbstliebe und innere Ruhe zu erfahren. Norderney – hat einmalige Spots zu bieten - die Teilnehmer:innen lernen in der Yoga Woche verschiedene wunderschöne Location der Insel kennen, beispielsweise beim SUP Yoga Workshop mit Blick auf das Wattenmeer, Sunrise Yoga am langen Nordseestrand oder zur Mitsommernacht auf einen der hohen Aussichtsdünen der Insel. Yogis jeder Altersklasse und Professionalisierungsgrades sind willkommen teilzunehmen und werden persönlich in kleiner Gruppe von den Trainer:innen in familiärer Atmosphäre betreut.

Die **Running Days vom 22. – 26. Juni** bestehen aus einer perfekt abgestimmten Mischung aus Lauftechnik, Athletiktraining, Wettkampftaktivierung, Laufkondition sowie Regeneration, mit dem Ziel das nächste eigene Lauflevel zu erreichen. Wissenswerte Theorie wird in zwei spannenden Vorträgen rund ums Laufen vermittelt und geht Hand-in-Hand mit der Laufpraxis. Eine richtige Ernährung für Läufer:innen soll Mysterien ausräumen und Platz entstehen lassen für ein bewusstes und gesundes Ernähren das in ein positives Körpergefühl mündet. Außerdem erwartet die Teilnehmer:innen Entspannung, Erholung und Regeneration beim Besuch in Europas größtem Thalasso Bad auf Norderney. Meerwasser in all seiner Vielfalt wie auch die Feuerebene versprechen hierbei ein ganzheitliches Vitalisierungserlebnis von heiß bis kalt und Kopf bis Fuß. Laufanfänger:innen und Laufprofis werden gleichermaßen bei den Running Days angesprochen.

Der Preis für das Kurspaket der Yoga Days wie auch der Running Days beträgt 499,- € pro Person und beinhalten neben vielen Trainingseinheiten:

- Eintritt Badehaus (Europa größtes Thalassobad)
- Norderney - Badehandtuch
- Sebamed - Haut und Körper Pflegeset
- Welcome Drink
- Wellness Menü
- Kurbeitragsbefreiung

Optional kann eine Unterkunft auf Norderney im 4-Sterne Thalasso Hotel Nordseehaus hinzugebucht werden. Vier Nächte im Einzel- oder Doppelzimmer superior mit hochwertiger Ausstattung u.a. mit zwei Badezimmern (DZ) sorgen neben aufregenden Tagesaktivitäten für erholsame Nächte. Darüber hinaus steht Hotelgästen kostenfrei der Zugang zum hoteleigenen, modernen Wellness- und Sportbereich (Sauna, Schwimmbad, Fitnessstudio) zur Verfügung.

Unterkunftsmöglichkeit

Hotelpreis im Doppelzimmer inkl. Frühstück (4 Nächte): nur 400,- € / pro Person

(Einzelzimmerbuchung sind auch möglich)

Die Kursplätze und Hotelkapazitäten sind limitiert.

An mindestens sechs Abenden bietet die Veranstaltung ein buntes Kultur-Open-Air-Programm bestehend aus Comedy, Musikkonzerte und Kulinarik. Das Kultur-Programm wird in den kommenden Wochen in einer weiteren Pressemitteilung bekanntgegeben.

Weitere Informationen & Anmeldung sind auf der offiziellen Website zu finden:

Website:  www.sport-am-meer-norderney.de

Social Media:  @sport_und_kultur_am_meer

Newsletter:  www.sport-am-meer-norderney.de/newsletter/