

# Wander- und Erlebniswoche

auf dem Harzer-Hexen-Stieg

02.05.-09.05.2026

Für Menschen mit Typ 2 – Diabetes

Fotonachweise: Christian Reinhard



Mit jedem Schritt kannst Du  
deine Richtung ändern

**Gemeinsam -  
erreichen wir das Ziel**

## Anmeldung

Arbeitsgemeinschaft Diabetes, Sport und Bewegung  
der Deutschen Diabetes Gesellschaft e.V.

Andrea Sparwirth  
Lönsweg 9  
32479 Hille  
Telefon: 05703 / 51 55 835  
Telefax: 05703 / 51 55 839  
[info@diabetes-bewegung.de](mailto:info@diabetes-bewegung.de)  
[diabetes-bewegung.de](http://diabetes-bewegung.de)

**Jeder Einzelne trägt zum  
Erfolg des Teams bei**



**AG DIABETES  
SPORT UND BEWEGUNG  
der DDG**



## Ziel des Wochenendes

### Motivation zur Bewegung

Austausch mit anderen Betroffenen

Schulung zum Thema Diabetes und Bewegung

Es begleitet Sie ein Diabetesteam bei Tageswanderungen von 13-26 Km im schönen Harz, auf dem Harzer-Hexen-Stieg

Individuelle Therapieanpassung der Teilnehmer anhand einer kontinuierlichen Glukosemessung

## Voraussetzungen

- Typ 2 Diabetes
- Lust am Wandern mit guter Grundkondition
- Ärztliches Attest

## Kosten

635 € im DZ, inkl. Übernachtung/Frühstück sowie Lunchpaket und Gepäcktransport  
Einzelzimmer können nicht garantiert werden  
An- und Abreise + Abendessen auf eigene Kosten  
Anmeldeformular kann unter [www.diabetes-bewegung.de](http://www.diabetes-bewegung.de) heruntergeladen werden

## Teilnehmerinformationen

Teilnehmerzahl max. 30 Personen inkl. Betreuer

### Anreise/Treffpunkt:

am 02.05.2026 in Osterode 15-16 Uhr

### Trainingsplan:

wird nach Anmeldung zur Verfügung gestellt

Auf unserer Homepage finden Sie eine transparente Übersicht der Sponsoren und Unterstützer der Erlebniswoche. Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

