



«Guet druf Tag» in Herisau

Ein Tag, an dem vieles möglich ist: Gemeinsam laufen, spielen, sich wohlfühlen. Das alles und viel mehr bietet der «Guet druf Tag»: Ein Tag, bei dem Gross und Klein auf einem Weg rund um Herisau unterwegs sein können. Verschiedene Stationen laden zu tollen Aktivitäten ein. Dabei ist nicht nur Bewegung gefragt, sondern auch Köpfchen. Wer mag, kann den gesamten Rundkurs absolvieren oder nur bei einzelnen Stationen mitmachen. Hauptsache, der Spass kommt nicht zu kurz!

Samstag, 24. Mai 2014, 10-16 Uhr, Herisau

Am einfachsten starten Sie beim Obstmarkt. Es kann aber an jeder Station gestartet werden. Sie können alle Posten oder auch nur einzelne besuchen. Teilnahme: gratis

Erreichbar mit der Appenzeller Bahn, Bahnhof Herisau oder dem Regiobus, Haltestelle Obstmarkt. Parkplätze sind eingeschränkt verfügbar. Rundkurs ca. 3 Kilometer, bei gemütlichem Tempo rund 2 Stunden, je nach Verweildauer an den Stationen.

Mitmachen und gewinnen!

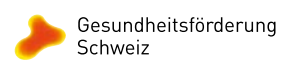
Bei jeder Station gibt's die Teilnahmekarte und mindestens 5 Stempel fürs Mitmachen. Mit der Teilnahmekarte kann man bei der Verlosung attraktive Preise gewinnen!

«Guet druf Tag»
Für Jung und Alt!



Ein Anlass im Rahmen des kantonalen Aktionsprogramms «Gesundes Körpergewicht». Das Amt für Gesundheit dankt den vielen engagierten Partnern für die Unterstützung und die Ermöglichung des «Guet druf Tags».

Trägerschaft



Umsetzungspartner



Partner



Medienpartner



Transportpartner



boftiang-partner.com



«Guet druf Tag» 2014
Erlebe deinen Körper und erfahre mehr über deine Region.

Samstag, 24. Mai 2014
in Herisau
10-16 Uhr, gratis Teilnahme



Mehr zum «Guet druf Tag» unter www.ar.ch/guet-druf-tag

Unterstützt durch



Guet druf Tag



1

Baumsägen

Säge dir eine Scheibe ab.

2

Kräuter & Seilspringen

Teste deine Fitness und geniesse die Entspannung.

3

Xundä Znüni

Appetit auf etwas Gesundes? Mit frischen Früchten werden feine Spiesse gesteckt.

4

Unihockey

Mit Geschick den Ball führen und Tore schiessen.

5

Hüpfburg

Ab auf die coole Hüpfburg und alles geben!

6

Slackline & Milchshakes

Auf dem schmalen Band das Gleichgewicht halten und danach einen Milchshake geniessen.

7

Wanderwege

Kennst du das Appenzellerland? Die Wanderprofis haben Überraschungen für Jung und Alt, Gross und Klein bereit.

8

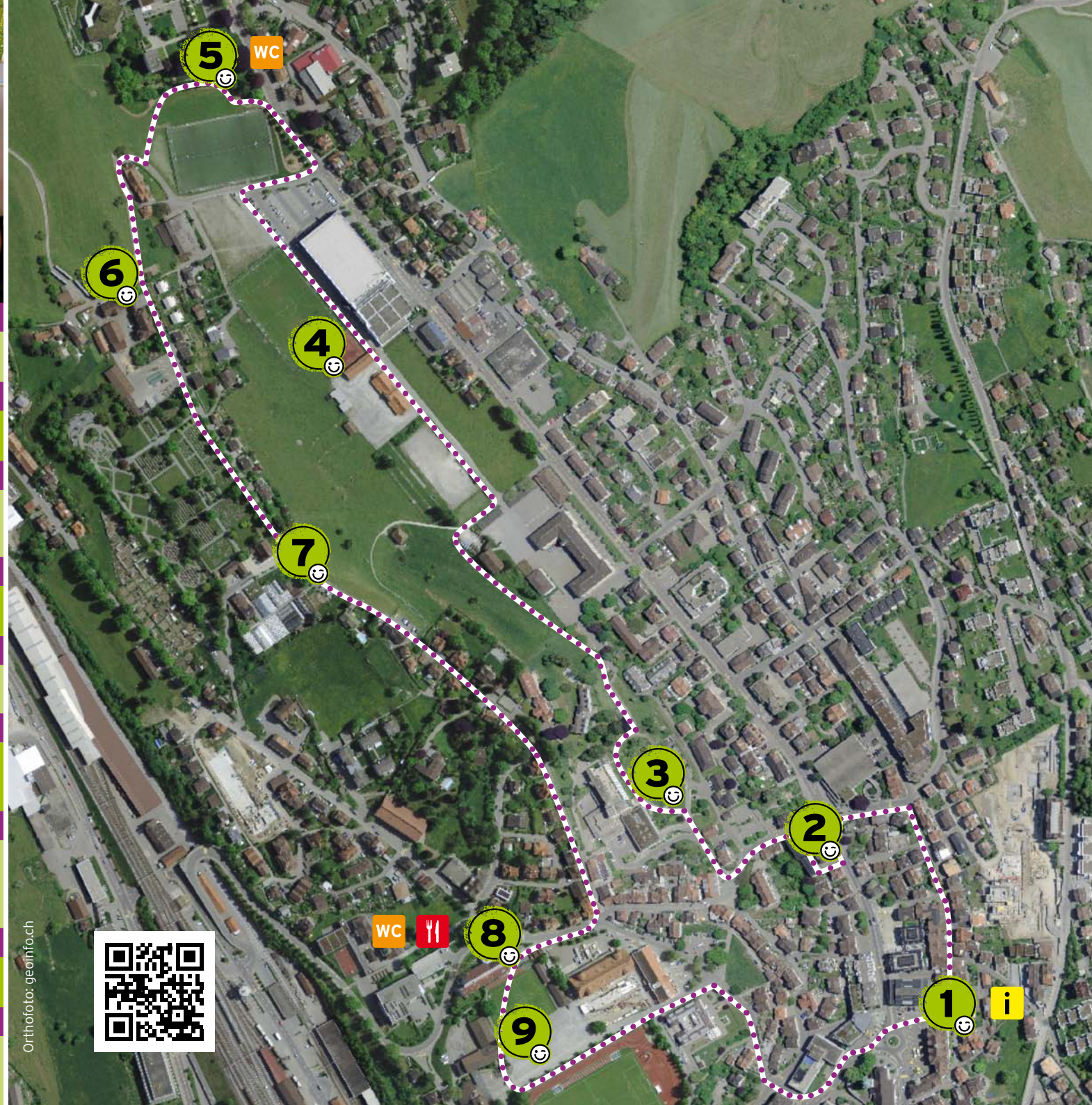
Festwirtschaft

Lass dich von den Landfrauen kulinarisch verwöhnen.

9

Pétanque

Spielen wie im Sommer in Frankreich und das Flair für Boule erleben.



Orthofoto: geoinfo.ch



WC

