



Das besondere Ambiente

CHOR UND ORCHESTERPROBEN

Für Tagungen, Seminare, Chor- und Orchesterproben stehen verschiedene Tagungsräume für 30 bis zu 100 Personen zur Verfügung. Der größte Raum – die ehemalige Kapelle des Hauses – bietet ein ganz besonderes Ambiente für Seminare, Vorträge und Tagungen, aber auch für Theateraufführungen und Konzerte. Für Chöre und Chorproben eignet sich die ausgezeichnete Akustik.

Zur Verfügung stehen moderne Tagungstechnik sowie zwei Klaviere.

Auch für Privatfeiern und Konzerte kann die Kapelle angemietet werden. Bitte sprechen Sie uns an!



Abwechslungsreiches Sauerland

DIE UMGEBUNG

Mit landschaftlichem Reiz und einem vielfältigen Freizeitangebot lockt das südliche Sauerland mit seinen Bergen und dem idyllisch gelegenen Biggensee zu Ausflügen in die Umgebung.

Ein ausgedehntes Rad- und Wanderwegenetz erstreckt sich direkt vor der Haustür. Sowohl eine Besichtigung der Atta - Höhle mit ihrer unterirdischen Wunderwelt, als auch die Karl-May-Festspiele in Elspe sind nahezu ein „Muss“. Wer noch mehr Action sucht, wird sicherlich in den nahe gelegenen Freizeitparks – dem Panorama-Park Sauerland und dem Fort Fun Abenteuerland – fündig.

In den Ferienzeiten finden Familien in unserer Jugendherberge ein auf Eltern und Kinder ausgerichtetes Urlaubsangebot.

Aber auch außerhalb der Ferien ist das Sauerland ein guter Ort, um sich vom Alltag zu erholen. Hierfür bieten sich nicht zuletzt unsere Wellness-Wochenenden an.

Genießen Sie romantische Wintertage im Skigebiet auf 540 bis 645 m Höhe mit fünf Liften und mehreren Abfahrten von 100 bis 1200 m Länge sowie mehreren gespurten Langlaufloipen und Rodelhang nur wenige Autominuten von unserem Haus entfernt.



So finden Sie uns

DIE ANREISE



Die Jugendherberge liegt inmitten der Naturparks Homert und Ebbegebirge und ist über Straße und Schiene gleichermaßen gut erreichbar.

Über die Straße

Anreise über die BAB 45 bis zur Ausfahrt Meinerzhagen. Bitte folgen Sie dann zunächst der Beschilderung bis Attendorf, von dort weiter bis Finnentrop-Heggen. In Heggen ist die Jugendherberge ausgeschildert (Fahrzeit ab Meinerzhagen etwa 30 Minuten).

Mit der Bahn

Mit der DB bis zur Bahnstation Finnentrop-Heggen. Von dort zirka 15 Minuten Fußweg bis zur Jugendherberge.



Gesundheitsjugendherberge Finntrop-Heggen

Ahauser Straße 22-24
57413 Finnentrop-Heggen
Telefon: 0 27 21-5 03 45
Telefax: 0 27 21-7 94 60

E-Mail: jh-finntrop.heggen@djh-wl.de
www.djh-wl.de/finntrop.heggen

Deutsches Jugendherbergswerk
Landesverband Westfalen-Lippe
www.djh-wl.de · info@djh-wl.de



www.gesundheitsjugendherberge.de



www.djh-wl.de/finntrop-heggen



Herzlich willkommen

Liebe Gäste!

Herzlich willkommen in der ersten Gesundheitsjugendherberge Deutschlands. In unserem Haus können Sie fernab vom Alltagsstress zur Ruhe kommen und schöne Wohlfühltage erleben, denn Gesundheit und Fitness werden zunehmend wichtiger.

Bei uns finden Sie Sport, Spiel, Spaß, (Ent-)spannung, Wellness und Erholung.

Die Gesundheitsjugendherberge Finntrop-Heggen bietet den idealen Aufenthalt für Schulklassen, Chöre, Kindergärten, Familien, Gruppen und Vereine.

Aufgrund der Barrierefreiheit unseres Hauses - innen wie außen - ist das Haus für Aufenthalte von Gästen mit eingeschränkter Mobilität bestens geeignet. Wenn dies für Sie interessant ist, fordern Sie bitte für weitere Informationen unsere Broschüre „Urlaub ohne Barrieren“ an. Nahezu ganzjährig sind wir für Sie da.

Bis bald – in Heggen. Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der Gesundheitsjugendherberge



Architektur für die Sinne

DAS HAUS

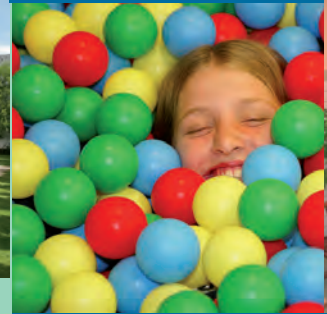
Der ganzheitliche Ansatz unseres Konzeptes spiegelt sich in der Architektur der Jugendherberge wider. Erst eine bewusste Raumgestaltung schafft ein Umfeld zum Wohlfühlen.

Zur originellen Ausstattung der Jugendherberge gehören drei **Sinnesstraßen** mit wunderschönen Rahmen und Kästen, die buchstäblich im Vorbeigehen zum Riechen, Tasten und Sehen animieren sowie vier, nach den Elementen Wasser, Erde, Luft und Feuer gestaltete, **Elemente-Hallen**, die von einem anthroposophischen Künstler in ein Meer von Farben verwandelt wurden.

In den **Bewegungs- und Spielräumen** für Kinder und Jugendliche wird der eigene Körper spielerisch und sinnlich erfahren.

Unser **barrierefreier Spielplatz** bietet jede Menge Spaß und Bewegungsanreize für Kinder zwischen zwei und zwölf Jahren.

Ganz auf die Bedürfnisse von Teenagern zugeschnitten ist die **Jugenddecke** mit Sitzmöglichkeiten und Beach-Volleyballfeld. Kommunikation und Bewegung werden so gefördert. Aber auch sogenannte „Aggressionsabbauende Spielelemente“ gehören ebenso zum Jugendbereich wie Tischtennisplatten, Fußballtore, Basketballkörbe und Balance-Balken. Sollte es regnen, bieten die Bewegungs- und Spielräume im Haus genügend Abwechslung und Spaß, so dass keine Langeweile aufkommt.



Bewegung und Entspannung

DIE FUNKTIONSRÄUME

Erlebnis-, Bewegungs- und Jugendraum

Gestaffelt nach Altersgruppen sind die Bewegungs- und Spielräume für Kinder und Jugendliche. An der Tauwand, im Bällebad oder am Balance-Kreisel können sie sich austoben und ihre motorischen Fähigkeiten schulen. Gerade bei schlechtem Wetter ist das eine sinnvolle Alternative zum Spiel im Freien.

Snoezelenraum

Ruhe- und Rückzugsmöglichkeiten bietet unser Snoezelenraum, in dem ohne störende Umweltreize sämtliche Sinne angesprochen werden und die sensible Körperwahrnehmung gefördert wird. In der stimmungsvollen und angenehmen Atmosphäre mit beruhigenden Farbtönen, Spiegelkugel, Wassersäulen und Lichtspielen werden auch Sie zu neuen Erkenntnissen kommen.

Sauna, Kneipp- und Fitnessraum

Entspannen Sie in unserer barrierefreien Sauna. Gewinnen Sie in unserem Kneippraum mehr Widerstandsfähigkeit und inneres Gleichgewicht durch die Anregung der Selbstheilungskräfte beim Kneippen. Tun Sie Ihrer Fitness und Ihrem Körper in unserem Fitness-Raum etwas Gutes. Autogenes Training und Yoga-Entspannungsübungen können Sie auch außerhalb unserer Wellness-Wochenenden individuell dazubuchen, ebenso Massage und/oder Kosmetik-Behandlungen.



Gesundheit begegnen

DAS KONZEPT

In unserer Jugendherberge können unsere Gäste „der Gesundheit begegnen“ – je nach persönlichem Wunsch in unterschiedlicher Intensität.

Gesundheit – was bedeutet das? Die WHO definiert Gesundheit als „den Zustand völligen körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens.“ Auf der Grundlage dieser ganzheitlichen Definition regen unsere Programme und Einrichtungen unsere Gäste zum aktiven und bewussten Umgang mit der eigenen Gesundheit an. Die räumliche Gestaltung der Herberge wirkt sinnlich und anregend auf den ganzen Körper, sie unterstützt die aktive Körperarbeit auf sinnvolle Weise.



Ein rundum gelungener Aufenthalt

DER SERVICE

Während unsere Gäste in der Jugendherberge schöne und entspannende Tage verbringen, erhalten sie wertvolle Anregungen für eine bewusste und ganzheitliche Lebensweise.

Unser Team sorgt dafür, dass Sie sich bei uns rundum wohlfühlen. Wir helfen Ihnen bei der Planung Ihrer Erlebnis- und Gesundheitsprogramme und geben Tipps für Ausflüge in die Umgebung.

Beim Essen werden die Mahlzeiten am Buffet serviert. Auf Wunsch ist auch passierte oder vegetarische Kost zu haben. Beim Diätenangebot berücksichtigen wir nach Voranmeldung Ihre Allergien.

