

Kanu, Radfahren, SUP, Fitness, Yoga & Pilates im Summer Camp - Retreat

17.08 - 21.08.2026, Räbel – Hansestadt Werben (Deutschland)

Der Informations-Treff findet am 25.05.2026 um 19:00 Uhr per Zoom statt. Die Zugangsdaten werden terminnah versendet.

Einfach mal abschalten, dich zurückziehen und durchatmen. Nimm dir eine sportliche Auszeit vom Trubel des Studienalltags und erlebe fünf unvergessliche Tage voller sportlicher Aktivitäten und entspannender Momente. Gemeinsam mit Gleichgesinnten der HTWK Leipzig und der Uni Magdeburg & Leipzig tauchst Du in eine kleine Reise. Erkunde die wilde und ursprüngliche Elblandschaft beim **Kanuwandern, Stand-Up-Paddling & Radfahren**. Starte den Tag mit einem wohltuenden Yoga- oder **Pilateseinheit**, atme frische Luft und genieße die Verbundenheit. Idyllische Badestelle in der unmittelbaren Umgebung laden zum Abkühlen und Entspannen ein und bieten den perfekten Ausgleich zum sonst sportlichen Programm. Zusammen wird gekocht, gesungen und gelacht, im Steinofen Pizza und Kuchen gebacken und am Lagerfeuer der Natur gelauscht. - Genieße den Raum und die Freiheit, ganz du selbst zu sein.

Unterkunft & Umgebung

Der Flusshof ist denkmalgeschützter, ökologischer Seminarhof und liegt im Herzen der Altmark auf einem 1,6 Hektar großen Grundstück mit freiem Blick in die Natur. Wiesen, wilde Gärten und Obstbäume zieren die Umgebung. Einen Steinwurf entfernt, befindet sich die Elbe mit ihrem wundervollen Elberadweg, unweit des Fähranlegers nach Havelberg. Aus dem ehemaligen Vierseitenhof wurde mit viel Liebe zum Detail ein besonderer ökologischer Ort geschaffen. Im modernen Wohnhaus finden 21 Personen in den hellen Wohnräumen bequem Platz. Auf dem Grundstück befinden sich außerdem eine große Feuerstelle, ein Feuerofen sowie eine große Freifläche in der Natur zum Volleyball spielen, entspannen und Seele baumeln lassen.

Wir kümmern uns um:

- 5 Übernachtungen in Drei – bis Vierbettzimmern im Flusshof
- Gepäcktransfer (auf Nachfrage)
- Zutaten für regionales, saisonales, ökologisches Frühstück, Mittag – und Abendessen + Snack (vegetarisch, vegan auf Anfrage)
- 4 Morning Yoga Sessions
- 3 Outdoor Fitnessseinheiten
- Kanu Tour
- Radtour (mit eigenem Fahrrad)
- Stand-Up Paddling
- Bogenschießen??
- Material für alle Aktivitäten (außer Fahrrädern)
- Jede Menge Spiel & Sportmaterialien
- gemeinschaftlicher Austausch & Verbindung

Du kümmerst Dich um:

- Private Anreise
- Mit-mach Vollverpflegung für ca. 65 Euro
- Verkehrstaugliches Fahrrad

Preisübersicht:

- Studierende 315 Euro
- Mitarbeitende 340 Euro

(alle o.g. Leistungen sind im Preis enthalten exklusive Eigenanreise und Verpflegung)

Die **An- und Abreise** erfolgt selbständig und idealerweise umweltbewusst mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Am **Anreisetag** wird es nach dem Abendessen (18 Uhr) ein Come-together geben. Hier werden wir euch den Ablauf für die folgenden Tage sowie das Team vorstellen. Anschließend können wir den Abend mit Volleyball, Spike Ball, Musik oder Lagerfeuer.. füllen. Getränke können bei uns erworben werden.

Voraussetzung: Mit der Buchung des Kurses bestätige ich, dass ich im bekleideten Zustand mind. 30 Minuten im offenem Gewässer schwimmen kann!
