



VON WORKOUT UND WALDSPAZIERGANG

Sport & Spaziergänge in Harsefeld

Nicht weit von Stades Innenstadt, nämlich nur 17 km entfernt, in der Stader Geest liegt das hübsche Örtchen Harsefeld. Am ehesten kennt man dort wohl die Eissporthalle, doch Harsefeld hat noch weit mehr zu bieten: die herrliche Landschaft im Auetal lädt zum Spazierengehen, ein Trimm-dich-Pfad lockt Sportbegeisterte.

HARSEFELD: KLOSTERPARK TRIFFT INFRASTRUKTUR

1050 Jahre gibt es Harsefeld bzw. die Siedlung mit Burg, aus der sich im Wandel der Zeit das Örtchen entwickelt hat, inzwischen. Damit ist Harsefeld sogar noch älter als Stade. Herzstück der Stadt ist der Klosterpark, der ringsum um die Überreste des ehemaligen Benediktinerklosters, das fast 550 Jahre die Geschichte Harsefelds lenkte, angelegt ist. Der Landschaftspark ist mit seinen weitläufigen Teichflächen und Steganlagen sowie dem Erlenbruchwald ein romantisches Fleckchen Grün unweit von Einkaufs- und Shoppingmöglichkeiten.

KURZE FAKTEN ZU HARSEFELD

- Heute hat Harsefeld über 13.000 Einwohner und bietet eine sehr gute Infrastruktur.
- Hat Lebensmittel- und Modegeschäfte, Restaurants und Cafés, ein historisches Kino
- hat die einzige Eissporthalle der Region und ein familienfreundliches Freibad.

VOM ORTSKERN INS GRÜNE

Nur einen Katzensprung vom Ortszentrum entfernt warten grüne Weiden für jeden Geschmack. Wald, Felder und Wiesen umrahmen die Stadt, ein Findlingspark, der Garten der Steine, auf dem Ehrenberg im Süden des Zentrums ist ein kleiner Geheimtipp, das Auetal hat es uns besonders angetan. Spaziergänge dort bieten wahren Erholungsfaktor.

SPAZIERGÄNGE IM AUETAL

Der Start unseres Spaziergangs ist häufig der Parkplatz vom Ehrenberg-Friedhof. Von dort aus gelangt man zu Fuß schnell ins Grüne. Dafür folgt man einfach der Straße weiter, auf der man gekommen ist. Schon nach wenigen Metern ist sie für den Autoverkehr nicht mehr passierbar. Zwischen grünen Wiesen und schattenspendenden Waldabschnitten geht es dann auf naturbelassenen Wegen entlang des Auelaufs. Nicht nur Menschen, sondern auch Hunde kommen hier auf ihre Kosten, denn es gibt immer wieder kleine Badestellen mit flachem, klarem Wasser, wo die Vierbeiner sich erfrischen können. Der Weg auf die gegenüberliegende Seite der Aue führt über eine romantisch wirkende Brückenlandschaft, die sich über mehrere hundert Meter zieht. Wenn man still ist und lauscht,



SCAN MICH

hört man nichts außer dem Rascheln des Windes in Schilf und Blättern und vielleicht ein paar Vögel – absolut idyllisch.

DAS AUETAL

Hier ist der Eisvogel zu Hause, lassen Wanderer und Jakobspilger die Seele baumeln, gibt es vielfältige Landschaftsformen zu entdecken: Das Auetal zwischen Ahlerstedt und Horneburg, ist geprägt durch das Flüsschen „Aue“. Unter neuem Namen fließt sie als „Lühe“ ab Horneburg in Richtung Elbe weiter und verbindet so die Stader Geest mit dem großen Strom und der weiten Welt. (Quelle: www.harsefeld.de)

WALDWORKOUT FÜR SPORTBEGEISTERTE

Wer es nicht ganz so gemütlich angehen lassen möchte, kommt auf dem Vita Parcours hinterm Ortsausgang in Richtung Stade am Parkplatz an der L124 auf seine Kosten. Auf einer ca. 2,5 km langen Strecke schlängelt sich der Sportpfad durch den Wald und bietet Sport- und Fitnessübungen für jede Muskelpartie, für Sporteinsteiger und sportlich Ambitionierte.



SCAN MICH

SPORT, NATUR UND BALSAM FÜR DIE SEELE

Dehn- und Balanceübungen, Kraftübungen mit dem eigenen Körpergewicht und Sportgeräte aus Holz sind als Stationen auf der Strecke positioniert. Dazwischen warten erfrischendes Grün und federnde Waldwege. Einen Übungsvorschlag gibt es zu jeder Station, der Kreativität sind allerdings keine Grenzen gesetzt, denn wo eine Übung funktioniert, kann man meistens auch variieren. Am Ende hat man nicht nur ein abwechslungsreiches Ganzkörper-Workout absolviert und gleichzeitig Waldidylle und frische Luft genossen, eine Runde auf dem Trimm-dich-Pfad ist gleichzeitig auch noch wahrer Balsam für die Seele und entschleunigt ungemein.



WORKOUT-SPASS FÜR MENSCH-HUND-TEAMS

Auf dem Sportpfad im Wald lassen sich Workout für Mensch und Hund hervorragend miteinander verbinden. Immer mit dabei ist unsere Bürohündin Leila und macht sich einen Spaß daraus, am Treppenberg zu überholen, als wäre er ein Maulwurfshügel, die Sprungstangen ebenfalls zu springen oder nach Herzenslust zu schnüffeln, während Frauchen hangelt, Kniebeugen oder Liegestütz macht. Denn anders als im Fitnessstudio kann der Vierbeiner hier einfach mitkommen.



Offene Fragen?

STADE Marketing und
Tourismus GmbH
Hansestraße 16 | 21682 Stade
Telefon: 04141 77698-0
www.stade-tourismus.de

