

# Klettererlebnis für Kinder

Abenteuerland Pirate Rock im CCL

**LANGENHAGEN.** Für die Schulferien hat das CCL vorgesorgt. Gemeinsam mit dem Kletterpark Pirate Rock wird Schülern im Alter von acht bis zwölf Jahre vom 8. bis zum 20. Juli, montags bis sonnabends, von 12 bis 18 Uhr ein kostenfreies Klettererlebnis ermöglicht.

„Erklimme neue Höhen“ ist das Motto. Gut gesichert mit Klettergurt und Helm und unter der professionellen Betreuung von erfahrenen Trainern des Hochseilgartens können sich die Abenteurer bis zu neun Meter in die Höhe wagen. Die Kletterexperten stehen den Kindern mit wertvollen Tipps zur Seite und beantworten alle Fragen rund ums Klettern. Sie erzählen von

spannenden Erlebnissen im Kletterpark am Hufeisensee und geben Einblicke in unvergessliche Familienabenteuer und Kindergeburtstage.

Kinder können in diesem Zeitraum ihre Kletterkünste sicher und mit viel Spaß sowie Freude ausprobieren. Diese Aktion ist für unsere Besucher kostenlos

Zum Pirate Rock, Hochseilgarten Hannover: In drei Parcours mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden kann geklettert werden. Masten erklimmen, wilde Floßfahrten oder der Gang über die Planke gehören für ein Piratenfeeling dazu. Weitere Informationen und Reservierungsmöglichkeit: [www.pirate-rock.de](http://www.pirate-rock.de).



Im CCL wird für Schüler ein kleiner Parcours aufgebaut. Foto: CCL

# Sommerfest beim Kulturring

6. Juli: mit Musikquiz und Baron von Münchhausen

**LANGENHAGEN.** Lieder aus den 50er- und 60er-Jahren stehen bei einem Musikquiz beim Sommerfest des Kulturrings Langenhagen im Mittelpunkt. Das Fest beginnt im Rohdehof 18 im und am Vereinshaus am Sonnabend, 6. Juli, um 14.30 Uhr. Das Musikquiz beginnt dann um 15.15 Uhr. Wer den Titel als Erster nennt, bekommt ein Freigetränk. Gegen 16 Uhr wird hoher Besuch erwartet: Baron von Münchhausen alias Klaus-Peter Fuhrmann wird von seiner Russlandreise, von Jagdabenteuern und Angelerlebnissen sprechen und das Ganze mit Liedern aus-

schmücken. Zum Abschluss des Rahmenprogramms gegen 16.30 Uhr werden die Shanty Sänger Langenhagen mit Seemannsliedern, Shantys und Liedern von der Waterkant zum Mitsingen und Schunkeln auffordern. Ausklingen wird der Nachmittag beim gemütlichen Zusammensitzen mit Musik „vom Band“.

Durch das Programm begleitet der Vorsitzende Jürgen Mieth. Kaffee und Kuchen gibt es kostenlos, um Spenden wird gebeten. Gegrillte Würstchen, frische Salate und Getränke werden auch angeboten, diverse Getränke ebenso.



Der Kulturring Langenhagen feiert sein Sommerfest am 6. Juli gemeinsam mit dem Bürger- und Heimatverein. Foto: privat

# Dom und „grüne Zitadelle“

Spartas Senioren-Gymnastik unternimmt Tagesausflug nach Magdeburg

**LANGENHAGEN (OK).** Die Gruppe der Senioren-Gymnastik des DJK Sparta Langenhagen ist jetzt auf Reisen gegangen, hat sich in Sachsen-Anhalts Landeshauptstadt Magdeburg umgesehen.

Als exzellenter Fremdenführer haben sich dabei Eva und Klaus Danneberg erwiesen, die zwölf Jahre lang in der Domstadt gelebt und gewirkt haben. Über die ehemalige innerdeutsche Grenze ging es an die Elbe. Der Dom, die „grüne Zitadelle“ und das Hundertwasserhaus stan-



den unter anderem auf dem Besichtigungsplan. Und eine Fahrt auf der Elbe durfte auch nicht fehlen. Abends ging es dann voller Eindrücke zurück in die Flughafenstadt.

Die Sparta-Reisegruppe bekam in Magdeburg einiges geboten. Foto: privat

Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

## Aktionswoche Darmsprechstunde

Unsere Experten für Sie am Telefon

Unser Darm ist ein unglaublich komplexes Wunderwerk – Forscher konnten in den letzten Jahren Zusammenhänge zwischen dem Darm und Müdigkeit, dem Immunsystem, Abgeschlagenheit, Gewichtsproblemen und sogar unserer Stimmung feststellen! Kein Wunder also, dass er mittlerweile als das Zentrum unseres Wohlbefindens gilt – oder eben des Unwohlseins, wenn er in seiner Funktion gestört ist. Die genauen Zusammenhänge sind dabei jedoch mitunter komplex. Daher bieten wir zum Thema Darmgesundheit kostenfrei eine persönliche Beratung an. Von Mittwoch, 10.07., bis Mittwoch, 17.07., sind unsere Darmexperten täglich von 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr für Ihre Fragen zu erreichen.

089 78 79 79 0183  
(zum Ortstarif)

Unsere Darmexpertinnen:



Larissa Stern



Hannah Stein



Selina Marx

# Schmerzen im Knie, in der Schulter oder den Fingern?



## So hat Petra K. ihre Gelenkschmerzen bekämpft

**Zupacken und den Alltag meistern war für Petra K. jahrelang nur mit Schmerzen in den Gelenken möglich. Ihre Lebensqualität litt sehr darunter. Heute kann sie das Leben wieder genießen – dank spezieller Arzneitropfen namens Rubaxx aus der Apotheke.**

Als „nagend“ und „stechend“ beschreibt Petra K. ihre Gelenkschmerzen, mit denen sie sich



„Nach kurzer Zeit war eine Linderung der stechenden Schmerzen spürbar und ich konnte wieder viel besser anpacken!“ (Petra K.)

ständig herumplagen musste. Vor allem ihre Finger waren betroffen, sodass ihr selbst einfache Dinge wie Greifen und Zupacken schwerfielen. Auf der Suche nach einer wirksamen Schmerzlinderung entdeckte Petra K. die Arzneitropfen Rubaxx in der Apotheke – und war schnell begeistert!

**Natürlicher Wirkstoff überzeugt**

Glücklich berichtet Petra K.: „Nach kurzer Zeit war eine Linderung der stechenden Schmerzen spürbar und ich konnte wieder viel besser anpacken. Der Wahnsinn!“

Die Arzneitropfen Rubaxx basieren auf einem natürlichen Wirkstoff mit dem Namen Rhus toxicodendron. Dieser wirkt nicht nur schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen. Er verschafft auch Linderung bei

Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Dank der Tropfenform wird der Wirkstoff in Rubaxx direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann seine Wirkung ohne Umwege entfalten. Tabletten müssen dagegen erst im Magen zersetzt werden und finden erst nach einem langen Weg durch den Verdauungstrakt ins Blut.

**Gut verträglich, individuell dosierbar**

Die Rubaxx Tropfen sind gut verträglich und sanft zum Körper. Schwere Nebenwirkungen wie Herzbeschwerden oder Magengeschwüre sind bei Rubaxx nicht bekannt. Wechselwirkungen ebenfalls nicht. Außerdem können Betroffene Rubaxx je nach Verlauf

und Stärke ihrer Schmerzen individuell dosieren.

**Zahlreiche Anwender wie Petra K. sind bereits begeistert. Überzeugen auch Sie sich von den meistverkauften Arzneitropfen bei rheumatischen Schmerzen in Deutschland! Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach Rubaxx Arzneitropfen.**

### Starkes Duo bei rheumatischen Gelenkschmerzen

Mit den Arzneitropfen von Rubaxx bekämpfen Sie Ihre rheumatischen Gelenkschmerzen von innen heraus. Bei akut schmerzenden Gelenken empfiehlt sich jedoch eine zusätzliche Behandlung mit dem Rubaxx Schmerzgel zur äußeren Anwendung. Dieses kann direkt auf das betroffene Gelenk aufgetragen werden und somit seine Wirkung unmittelbar an der schmerzenden Stelle entfalten.

### DAS STARKE GELENK-DUO



\*Arzneitropfen bei rheumatischen Schmerzen; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 01/2024 • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert  
RUBAXX: Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dtl. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. • RUBAXX SCHMERZGEL: Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dtl. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. [www.rubaxx.de](http://www.rubaxx.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und Fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing