

Informationen

Ausflüge

Busfahrt zum Baumwipfelpfad
einmaliger Blick auf die Saarschleife

Wildpark Saarbrücken
Besichtigung von Wildtiergehegen

Saarbrücken im Laternenschein
mit historischen Persönlichkeiten

Highlights

Saarländischer Grillabend
mit vielen regionalen Köstlichkeiten

Lagerfeuer
mit Märchen und Stockbrot

JEMAH-Relax dein Herz

Entspannungstechniken
Progressive Muskelrelaxation

Atemtechnik
Qigong

Heikes Märchenwelt
Thema: Urvertrauen

Kontakte



Michaela Kasten

01525 – 138 384 9



Torsten Seifert

0160 – 957 532 48

Europa-Jugendherberge
Saarbrücken

Meerwiesertalweg 31
66123 Saarbrücken

Telefon: 0681 33040
Mail: saarbruecken@diejugend-
herbergen.de

BV JEMAH e.V.
Geschäftsstelle
An der Heide 12
15366 Hoppegarten
www.jemah.de

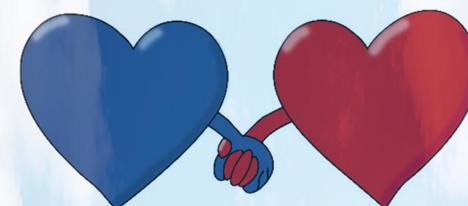
SAARBRÜCKEN
SAARBRÜCKEN

Bundesmeeting 2019

07.06.2019-10.06.2019

JEMAH-Relax **dein Herz**

Bundesvereinigung



JEMAH e.V.

*Herzlich
Willkommen*



im

Saarland



Workshop mit
Heike Appold



Workshop mit
Manuela Kunze

was wann wo

FREITAG, 07.06.2019

- 18:00 Uhr Grillen
- 20:00 Uhr Begrüßung und Ablaufbesprechung
- 21:00 Uhr gemütliches Beisammensein



SAMSTAG, 08.06.2019

- 8:00 Uhr Frühstück
- 9:30 Uhr Workshop 1: „Entspannung und Atemtechnik“
- 11:00 Uhr Abfahrt: Baumwipfelpfad mit Saarschleife
- 15:00 Uhr Zeit zum Erholen
- 18:00 Uhr Abendessen
- 21:00 Uhr Saarbrücken im Laternenschein



SONNTAG, 09.06.2019

- 8:00 Uhr Frühstück
- 10:00 Uhr Workshop 2: „Entspannung und Atemtechnik“
- 11:00 Uhr Zeit zum Erholen
- 12:00 Uhr Wildpark Saarbrücken
- 14:00 Uhr Zeit zum Erholen
- 17:00 Uhr Workshop „Heikes Märchenwelt zum Thema Urvertrauen“
- 20:00 Uhr Lagerfeuer mit Stockbrot in Heikes Märchenwelt



MONTAG, 10.06.2019

- 8:00 Uhr Frühstück
- Ende des Bundesmeeting 2019



**Gunn Dach liebe JEMAHs,
Gunn Dach liebe Begleiter,**

herzlich Willkommen in „Saar-
brigge“ zum diesjährigen Bundes-
meeting. Saarbrücken ist die Lan-
deshauptstadt des Saarlandes,
dem kleinsten Bundesland der
Bundesrepublik Deutschland

Wir wünschen allen für die drei
Tage viel Spaß, ein wenig Erho-
lung und vor allem viel Freunde.

Solltet ihr Fragen oder Wünsche
haben, wendet euch an Michaela
und Torsten.