

Kontakt



Gesunde Stadt Marburg
06421-201-1037
Linda.Noack@marburg-stadt.de
www.marburg.de/gesundestadt

Veranstaltungsort:

06. Mai: Erwin-Piscator-Haus
Biegenstraße 15, 35037 Marburg



07. Mai: Universitätsstadion und
Bouleplatz neben dem Stadion
Jahnstraße 12, 35037 Marburg

Erreichbarkeit des Universitätsstadion per Bus:

- Buslinien mit Haltestelle Erlenring
- Linie 3 mit Haltestelle Auf der Weide
- Linie 20 mit Haltestelle Aquamar



Barrierefreiheit

Gebärdendolmetscher*innen und eine Induktionsschleife können zur Verfügung gestellt werden, um die Redebeiträge auch schwerhörigen Personen zugänglich zu machen. Bitte um Anmeldung unter gesund@marburg-stadt.de bis zum 25. April.



#wirsindmarburg800
www.marburg800.de



Anregungen für ein gesundes Leben stehen im Mittelpunkt des zweitägigen japanischen Marburg800-Gesundheitsfestes. Die Gesunde Stadt Marburg bietet Impulse aus den Bereichen Achtsamkeit, Bewegung und Ernährung an in Kooperation mit dem Fachdienst Sport, dem Dezernat für Internationale Angelegenheiten und Familienservice und dem Zentrum für Hochschulsport der Philipps-Universität an. Japan ist das Land mit der höchsten Lebenserwartung und fällt durch beeindruckende Gesundheitswerte auf. Das Gesundheitsfest „Achtsamkeit, Bewegung und Ernährung - ein gesundes Leben wie in Japan“ bietet einen Mix aus kostenlosen Vorträgen, Workshops und Bewegungsangeboten. Diese reichen von klassischen Bewegungsformen bis hin zu im westlichen Raum noch eher unbekanntem Angeboten.

Gesundheitsfest

“Achtsamkeit, Bewegung und Ernährung
- ein gesundes Leben wie in Japan“

06. + 07. Mai 2022



Das Stadtjubiläum 2022



PROGRAMM 06. MAI

ERWIN-PISCATOR-HAUS

WORKSHOPS UND VORFÜHRUNGEN

PROGRAMM 07. MAI

UNISTADION, JAHNSTRASSE 12

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um Voranmeldung
unter: gesund@marburg-stadt.de

Am 07. Mai werden im Unistadion verschiedene Sport- und Bewegungsformen aus Japan zum Mitmachen angeboten. Einfach vorbeikommen und ausprobieren. Kinder und Erwachsene sind willkommen!

MODERATION: GOLO HENNIG

RAUM

Begrüßung Streichquartett
(C. Reiners, Y. Epping, L. Widdascheck, F. Oliver)

14:00 Uhr Grußwort
Oberbürgermeister Dr. Thomas Spies, N.N. **1.OG FOYER**

14:20-14:30 Uhr Rajio taisō (Bewegungseinheit)
Maiko Rauschen, Rinko Suzuki **1.OG FOYER**

VORTRÄGE UND PERFORMANCES

14:30-15:15 Uhr Ikigai - der Schlüssel für langjähriges und gesundes Glück
Linda Noack **1.OG FOYER**

14:30-15:30 Uhr Teezeremonie
Chado Urasenke Tankokai Frankfurt Association **1.OG AKTR**

15:15-16:00 Uhr Essenskultur in Japan - das Geheimnis zur langjährigen Gesundheit
Maiko Rauschen **1.OG FOYER**

16:30-17:15 Uhr Aspekte der Achtsamkeit beim Waldbaden
Anke Scheld
Bewegung und Gesundheit in Japan
Matthieu Leinweber **1.OG FOYER**

17:15-18:00 Uhr 800 Jahre Marburg, japanische Mediziner*innen in Marburg nach der Meiji Restauration
Dr. Harumi Murata **1.OG FOYER**

18:15-18:45 Uhr Performance: Shodo (jap. Kalligrafie)
Nobuko Häufle-Yasuda **FOYER/AUSSB**

19:45-20:15 Uhr Abschluss und Gesangsperformance
Naomi Menkhaus **2.OG PANS**

14:30-17:30 Uhr Workshop: Shodo (jap. Kalligrafie)
Nobuko Häufle-Yasuda
(offenes Angebot) **2.OG PANS**

15:15-16:00 Uhr Workshop: Zen-Meditation
Sönke Preck **1.OG AKTR**

16:00-17:00 Uhr Vorführung: vegane, japanische Tempelküche
Hijiri Hayashi **1.OG AKTR**

17:00-18:00 Uhr Vorführung: vegane, japanische Tempelküche
Hijiri Hayashi **1.OG AKTR**

18:00-19:30 Uhr Workshop: Gesang
Naomi Menkhaus **2.OG PANS**

FÜR KINDER

Wir bieten Origami, ein Bewegungsangebot und Kalligrafie für Kinder zum Ausprobieren an. **1.OG MLS**

GASTRONOMIE

957 RamenBar und Natto24

14:00 Uhr Begrüßung

14:15-18:00 Uhr Die Programme werden von 14:15 bis 18:00 Uhr parallel stattfinden. Alle Angebote finden in der Sporthalle statt. (*Ausnahme: Kyudo und Gateball (Bouleplatz neben dem Stadion)).

VEREINE

Aikido	Aikido Marburg
Gateball	Cricket für Amateure - Jörg Chylek
Go/Shogi	Serjoscha Hülsberg
Iaido	Kendo Lich e.V.
Judo	JUDO-Abteilung SF Blau-Gelb Marburg e.V.
Karate	Shorinryu Shidokan Karate – Shirasagi Dojo
Kendama	Offenes Angebot für Jung und Alt
Kendo	Kendo Lich e.V.
Kyudo	Shambhala-Zentrum
Seilspringen	Naomi Kirchhain
Tabata	Day Night Sports- Studio Marburg
Waldbaden	Anke Scheld- Gesunde Stadt Marburg



Künstlerin Nobuko Häufle-Yasuda wird ihre Werke ausstellen und Führungen, Performances und Workshops anbieten. Weitere Informationen unter:
www.marburg.de/gesundestadt