



IHF Fobi-Wanderwochenende 2026

Donnerstag 18.06.2026	Freitag 19.06.2026	Samstag 20.06.2026	Sonntag 21.06.2026
Anreise	<p style="text-align: center;">08:30 - 13:00 Bastei Wanderung</p> <p style="text-align: center;">Treffen am Bahnsteig Friedrich-Gottlob-Keller-Str. 01814 Bad Schandau</p> <p style="text-align: center;">Schritt für Schritt stärker: Trainingswissenschaft beim Wandern</p> <p style="text-align: center;">Leichter Kopf auf langen Wegen: Kopfschmerz verstehen und vorbeugen</p>	<p style="text-align: center;">09:00 - 13:30 Schrammsteine</p> <p style="text-align: center;">Treffen Parkhotel Bad Schandau</p> <p style="text-align: center;">Antibiotika auf dem Prüfpfad: 3 interaktive Fälle</p> <p style="text-align: center;">Ruhige Nächte, starke Schritte: 3 Fälle zu Schlafstörungen</p>	<p style="text-align: center;">09:00 - 10:30</p> <p style="text-align: center;">Balance auf allen Pfaden: Menopause- Kompass</p> <p style="text-align: center;">Elbresidenz</p>
	<p style="text-align: center;">14:00 - 15:30 Mittagessen Terasse Elbresidenz</p>		<p style="text-align: center;">11:00 - 12:30</p> <p style="text-align: center;">Gut vorbereitet auf jedem Pfad Evidenzbasierte Vorsorge</p> <p style="text-align: center;">Elbresidenz</p>
	<p style="text-align: center;">15:30 - 17:00</p> <p style="text-align: center;">Gut gerüstet auf jedem Weg: PTQZ Antibiotika kompakt</p> <p style="text-align: center;">Erholt auf Tour: Schlaf gut – wander weit (Schlafstörungen)</p> <p style="text-align: center;">Elbresidenz</p>	<p style="text-align: center;">Ihr Rhythmus, Ihr Weg: Individuelle Auszeit</p> <p style="text-align: center;">Keine Kurse, keine vorgegebenen Wanderungen</p>	Abreise
		<p style="text-align: center;">19:30 - 21:00</p> <p style="text-align: center;">Gemeinsames Abendessen Vom Weg zum Wort: Motivation stärken im gemeinsamen Gespräch</p> <p style="text-align: center;">Elbresidenz</p>	
<p style="text-align: center;">17:00 - 18:30</p> <p style="text-align: center;">Der Sonne einen Schritt voraus: Dermatologie & UV-Schutz beim Wandern</p> <p style="text-align: center;">Elbresidenz</p>			
<p style="text-align: center;">20:00</p> <p style="text-align: center;">Sächsische Bergluft & Barzauber: Ihr Willkommensdrink inklusive</p> <p style="text-align: center;">Elbresidenz</p>			
<p style="text-align: center;">Wanderung</p>	<p style="text-align: center;">Seminare im Freien</p>	<p style="text-align: center;">Weitere Informationen entnehmen Sie unserer Homepage bzw. zu einem späteren Zeitpunkt in der Fortbildungsapp.</p>	
<p style="text-align: center;">Hotel Elbresidenz</p>	<p style="text-align: center;">Seminar in Kursräumen</p>	Wir freuen uns auf Sie!	
<p style="text-align: center;">Abendessen</p>	<p style="text-align: center;">Begleitungen willkommen</p>		