

**Zusammen ist  
man nicht**

**Ü10-Action 2025**



**allein** Ein Angebot für Dich,  
wenn Du 10 Jahre oder älter bist und

- dein Bruder oder deine Schwester schwer krank ist oder mit einer Behinderung lebt
- oder deine Mutter oder dein Vater schwer krank ist
- oder ein dir nahestehender Mensch gestorben ist

**Februar – Sonntag, 23.02.25  
von 16.30 – 19 Uhr in Konstanz**

### **1. Herrenmannschaft HSG Konstanz**

Live dabei in der SchänzleHölle beim 2. Bundesliga-Spiel gegen VfL Lübeck-Schwartau. Emotion, Adrenalin, Handball pur. Ihr seid eingeladen, Eure Favoriten anzufeuern.

**Anmeldeschluss: Freitag, 14.02.25**

### **Fasnachtsferien – Donnerstag, 06.03.25 von 15 – 17 Uhr im fazz US-Bowling Singen Bowlen**

Vielleicht einen Volltreffer landen. Auf jeden Fall Spaß zusammen haben.

**Anmeldeschluss: Montag, 03.03.25**

### **Osterferien – Mittwoch, 23.04.25 von 10 – 13.30 Uhr im Dojo Konstanz**

#### **Selbstverteidigung**

Sich selbst ausprobieren, Grenzen mit Selbstbewusstsein setzen und sich verteidigen lernen.

**Christin Rues:** Trainerin für Selbstbehauptung und Selbstverteidigung (nach BVFeSt) nach dem Konzept von Sunny Graf, Trainerin DJKB C-Lizenz.

**Markus Rues:** 6. Dan Karate, Trainer DJKB mit A-Lizenz, Trainer für Selbstverteidigung

**Anmeldeschluss: Freitag, 11.04.25**

### **Pfingstferien – Mittwoch, 18.06.25 von 14 – 17.30 Uhr auf der**

#### **Crillos-Pferderanch in Gailingen**

Stallgeruch schnuppern und von Profis begleitet auf dem Rücken eines Pferdes ein paar unvergessliche Momente erleben.

**Anmeldeschluss: Freitag, 06.06.25**

### **Sommerferien – Freitag, 08.08.25 von 10 – 17 Uhr**

#### **Raithaslachhütte, Stockach Outdoor-Wald Abenteuer**

Komm mit auf ein Wald Abenteuer, überwinde schwierige Hindernisse, löse Rätsel, erobere den Feuerstein und zaubere eine Flamme ohne Streichhölzer, damit Ihr Stockbrot machen und Würstchen grillen könnt.

**Anmeldeschluss: Freitag, 01.08.25**

### **Herbstferien – Dienstag, 28.10.25 von 14 – 17 Uhr im Kletterwerk Radolfzell Klettern**

Unter fachlicher Leitung, gut gesichert die Kletterwand hochkraxeln, auch wenn du das noch nie gemacht hast.

**Anmeldeschluss: Freitag, 17.10.25**

**Die Plätze sind begrenzt und werden nach Eingang der Anmeldung vergeben.**

**Die Teilnahme ist für die Familien dank Sponsoren kostenfrei.**

**Ansprechpartnerinnen: Petra Dierenbach und Alexandra Maigler**

Kinder- und Jugendhospizarbeit Landkreis Konstanz, Talgartenstr. 2, 78462 Konstanz

Tel. 07531 69138-19 [kinderhospizarbeit@hospiz-konstanz.de](mailto:kinderhospizarbeit@hospiz-konstanz.de) [www.kinderhospizarbeit-konstanz.de](http://www.kinderhospizarbeit-konstanz.de)



Kinder- und  
Jugendhospizarbeit  
Landkreis Konstanz