freizeit arena 26

### *Liebe Leserinnen und Leser!*

In vielerlei Hinsicht war der zu Ende gehende Sommer ein Traum (das Wetter, die WM ...). Und entsprechend könnte es ruhig weitergehen – und das wird auch so sein.

Für gradezu träumerische Entspannung sorgt die GoeSF mit dem erweiterten Saunagarten und seiner einzigartigen romantischen Stimmung, die durch die üppige Bepflanzung, die Nähe des Leinekanals und die renovierte Walkemühle noch einmal gesteigert wird.

Wie im Traum (der Gegenwart und dem Alltag entrückt) fühlt sich auch, wer sich auf eine eindrucksvolle Zeitreise begibt – für die kaum Aufwand betrieben werden muss. Nur 40 km von Göttingen entfernt, am Rand des Harzes, finden sich Stätten voller Magie und Mystik. Zwei davon, die Einhornhöhle und die Steinkirche bei Scharzfeld, haben wir für Sie besucht.

Als Träumer und Spinner gelten mitunter Erfinder und Neuerer. Und wenn deren Träume Wirklichkeit werden und auch noch Erfolg haben, dann staunt das Publikum. So mag es der in Göttingen lebende René Wegner erleben, der vor vier Jahren zusammen mit Freunden in einem Freibad eine neue Sportart ausheckte. Was anfangs lustig und vielleicht auch ein bisschen skurril erscheinen mochte, ist heute eine von den Medien beobachtete und von immer mehr Menschen betriebene Trendsportart, die sich auch in Göttingen durchsetzt: Headis – eine Sportart mit Köpfchen.

Das können auch Sie ganz gut gebrauchen für die neue **freizeitarena** – für unser regelmäßiges Gehirnjogging ... Der Rest des Magazins sollte Ihnen eine so entspannende wie unterhaltsame Lektüre bieten, mit vielen Informationen und neuen traumhaften Angeboten.

Das wünscht Ihnen Ihre

Göttinger Sport und Freizeit GmbH & Co. KG

*goesfnews*
*Eröffnung Saunagarten und Walkemühle 6*

*goesfevents*
*Herbstferien-Sportprogramm 14*

*entdeckungen*
*Höhlen am Harzrand 22*

## inhalt

***goesfnews***
Alexander Hirt _4
Saunagarten und Walkemühle vor der Eröffnung_6

***fitness*kurse**
Herbst 2010_7

***badeparadies*news**
Mitternachtssaunen_11

***goesfevents***
Zum ersten Mal: Quattroball_12
Kanufahren stärkt die Gesundheit_13
Das Herbstferien-Sportprogramm der GoeSF_14
Volkstriathlon 2010_15
6. RutschMeisterschaft_15

***was** ist eigentlich ...*
... ein Hamam?_16

***ssbextra***
Immer wieder freitags_17
Sports meets music_17

***gesund***
Ein freundliches Element_18

***portrait***
René Wegner_20

***entdeckungen***
Die Höhlen- und Karstlandschaft am Harzrand_22

***trends***
Hockey_24

***bekenntnisse***
Hockey! Was ist besser?_26

***kontakt zur goesf***_27

***impressum***_27

***lecker***
Rib Eye_28

***gehirn*jogging**_30

**Höchste Zeit, Ihre Sport- und Freizeittermine zu planen?** Die **freizeitarena**-Veranstaltungstermine finden Sie im Internet: ***www.goesf.de***