



natürlich. immer anders.

Neue Aqua Walking Trainer für die Ostfriesischen Inseln ausgebildet

Norderney, 24. April 2026 – Auf der Ostfriesischen Insel Norderney fand vom 21. bis 24. April ein intensiver Workshop zur Ausbildung von Aqua Walking Trainern statt. Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Inseln Borkum, Juist, Norderney, Baltrum und Langeoog wurden in diesen vier Tagen umfassend qualifiziert, um das Gesundheits- und Bewegungsangebot auf den Ostfriesischen Inseln weiter auszubauen.

Geleitet wurde die Ausbildung von den erfahrenen Trainern Martina Guthmann und Jean-Pierre Bastié. Letzterer reiste eigens aus Frankreich an – dem Ursprungsland des Aqua Walkings – und brachte wertvolle internationale Expertise mit ein.

Der Workshop kombinierte fundierte Theorieeinheiten mit intensiven Praxiseinheiten direkt im Nordseewasser. Neben Trainingsmethodik, Sicherheitsaspekten und gesundheitlichen Grundlagen stand vor allem die praktische Anwendung im Fokus, um die Teilnehmenden optimal auf ihre zukünftige Tätigkeit als Aqua Walking Trainer vorzubereiten.

Was ist Aqua Walking?

Aqua Walking ist ein sanftes, aber effektives Ganzkörpertraining im Meerwasser. Dabei bewegen sich die Teilnehmenden zügig gegen den Wasserwiderstand entlang der Küste. Durch den natürlichen Widerstand des Wassers werden Muskeln, Ausdauer und Koordination trainiert, während gleichzeitig die Gelenke geschont werden. Die Kombination aus Bewegung, frischer Seeluft und den natürlichen Reizen des Meeres macht Aqua Walking zu einem anspruchsvollen, aber auch wohltuendem Gesundheitsangebot. Der Sport kann dabei sowohl mit unterstützenden Paddeln als auch ohne durchgeführt werden.

Mit der erfolgreichen Ausbildung der acht neuen Trainer stärken die Ostfriesischen Inseln ihr Profil als führende Gesundheitsdestination an der Nordsee und erweitern ihr Angebot im Bereich Prävention und Aktivurlaub gezielt weiter.

Pressekontakt:

Ostfriesische Inseln GmbH
Anne Heuermann
Goethestraße 1
26757 Borkum
anne.heuermann@tano.travel