

MOIN & HERZLICH WILLKOMMEN

bei den 6. Büssumer Fußtagen

Liebe Gäste,
liebe Büssum-Freunde,

in diesem Jahr finden wieder die Büssumer Fußtage statt und es wird euch in der Woche vom 30.05. - 04.06. ein tolles Programm rund um die Füße und Fußgesundheit geboten. Alle Veranstaltungen sind mit der Gäste- oder Einwohnerkarte kostenfrei.

Herzliche Grüße!
Tourismus Marketing
Service Büssum GmbH

Den Füßen
etwas Gutes tun
- denn sie sollen uns
so lange wie möglich
durchs Leben
tragen!

Wochenaktionen:

8-18 Uhr » Ankerapotheke,
Westerstr. 30 » **15 % auf Fußpflegeprodukte**

9-18 Uhr » Buchhandlung Scheller-Boyens,
Alleestr. 32 » **Büchertisch - Wissenwertes
rund um die Fußgesundheit**

10-18 Uhr » 360 Grad Bar, Watt'n Insel »
Tretbootfahren - 5 Min. Tretbonus

10-18 Uhr » Physiomar, Westerstr. 30 »
Fußreflexzonenmassage 35€

Anmeldung und Termine » Tel. 04834 9089520

Uhrzeit	Beschreibung, Durchführung	Ort
SAMSTAG, 04.06.		
11:00 - 12:30	Mit Schwung in den Tag! Das Büssumer Sommerorchester spielt beschwingte Musik zum Mittanzen.	Ankerplatz
13:00 - 14:00	Mach dich locker! Die besten Bewegungshits! Mit Sänger Heiner Rusche und Neele. Aus seinem riesigen Repertoire an Bewegungsliedern hat Heiner Rusche ein Mitmach-Programm für Kinder im Alter von 3 bis „99“ Jahren zusammengestellt. Das ist Kindermusik für gute Laune und nicht nur für Kinderohren.	Ankerplatz
15:00 - 17:00	Schlager, Musicals, Rock und Pop mit Sänger Markus Der im Jahr 1990 geborene Sänger Markus ist seit vielen Jahren Büssums musikalischer Geheimtipp und auch mittlerweile über die Landesgrenzen hinaus bekannt. Dies zeigen auch zahlreiche Auftritte u.a. in Unterhaltungssendungen der Rundfunkanstalten, sowie viele 1. Platzierungen bei Gesangswettbewerben. Mittlerweile umfasst sein Repertoire ein umfassendes Liedgut aus Musicals, Schlagern, Maritimen, Pop, Rock und Evergreens der Unterhaltungsmusik.	Ankerplatz
18:00 - 19:00	Kinderdisco DJ Bernd Sitzenstock präsentiert eine Super-Party für die kleinen Gäste.	Ankerplatz
19:30 - 22:00	Oldies aus der guten alten Zeit mit Fokie B. - das sind die Musiker um Sänger und Frontmann Buttje „Fokie B.“ Reinecke, die auf der Bühne mit ihm eine feste Einheit bilden und jede Feier zu einem unvergesslichen Event machen. Wenn diese Band die Bühne betritt, kommen Fans von Joe Cocker, den Commitments, den Blues Brothers, und anderen Klassikern voll auf ihre Kosten. Das Programm von Fokie B. besteht nicht nur aus Blues und Soul, sondern umfasst auch eine große Bandbreite aus Rock- und Rock'n'Roll-Klassikern, die auf keiner Party fehlen dürfen!	Ankerplatz



CO₂ neutral
gedruckt

Tourismus Marketing
Service Büssum GmbH
Südstrand 11
25761 Büssum
Tel. 04834 909-0
info@buesum.de
www.buesum.de



PARTNER

Nationalpark
Wattenmeer



Büssum

Büssumer Fußtage

Foto: O. Franke

**30. Mai bis
4. Juni 2022**

Programm

Uhrzeit	Beschreibung, Durchführung	Ort
MONTAG, 30.05.		
09:00 – 14:00	Geschicklichkeitsspiele Wir trainieren unsere Fußmuskulatur z. B. in der Tobehalle an unserem Fußparcours.	Mini-Maxi-Club
11:00 – 13:00	Kleine Wanderung in und um Büsum Auf diesem Wanderweg über 7 km führt Wilfried Köpke vom Startpunkt an der Tourist-Information einmal rund um Büsum herum.	Eingang Watt'n Hus
14:00 – 15:30	Workshop zur Spiraldynamik Dieser Workshop mit Theda van Lessen bietet Gelegenheit mit den Füßen zu arbeiten.	Watt'n Hus
15:45 – 17:15	Workshop zur Spiraldynamik Dieser Workshop mit Theda van Lessen bietet Gelegenheit mit den Füßen zu arbeiten.	Watt'n Hus
19:30 – 20:30	Wattenlaufen mit Musik in den Sonnenuntergang mit dem Büsumer Sommerorchester. In Büsum hat das „Wattenlaufen mit Musik“ seit dem Jahr 1900 Tradition. Momme, unser Wattenpräsident, wird euch durch das Watt begleiten. Neben der passenden Marschmusik dürfen unterwegs natürlich spielerische Einlagen nicht fehlen: Ihr könnt euch dabei im Seilziehen ebenso versuchen wie beim Walzer im Watt auf dem etwas anderen Tanzparkett. Höhepunkt des Wattenlaufens ist die „Taufe“.	Watt-Tribüne

DIENSTAG, 31.05.		
08:30 – 09:15	Nordseesport mal anders Nordseesport im Watt – Füße bewusst bewegen und spüren.	Hauptstrand
09:00 – 14:00	Geschicklichkeitsspiele Wir trainieren unsere Fußmuskulatur z. B. in der Tobehalle an unserem Fußparcours.	Mini-Maxi-Club
15:00 – 16:00	„Wenn der Schuh drückt: Was hinter Fußschmerzen stecken kann und mit welchen Maßnahmen man sie wieder los wird.“ Dr. Thomas Jurda, leitender Oberarzt der Abteilung für Fuß- und Sprunggelenkchirurgie des Lubinus-Clinicums in Kiel, wird über die Entstehung und über die Behandlung der verschiedenen Krankheitsbilder referieren. Hier steht zunächst eine spezielle Einlagenversorgung sowie die gezielte physiotherapeutische Behandlung im Vordergrund. Dr. Thomas Jurda, Lubinus Klinik.	Watt'n Hus

TÄGLICH MONTAG – FREITAG

12:00 – 12:15 » **Mittagsgebet in der St. Clemens Kirche.** Geistliche Impulse – Fußspuren Gottes.

Uhrzeit	Beschreibung, Durchführung	Ort
MITTWOCH, 01.06.		
08:30 – 09:15	Nordseesport mal anders Nordseesport im Watt – Füße bewusst bewegen und spüren.	Hauptstrand
09:00 – 14:00	Geschicklichkeitsspiele Wir trainieren unsere Fußmuskulatur z. B. in der Tobehalle an unserem Fußparcours.	Mini-Maxi-Club
11:00 – 12:00	Yoga zur Stärkung der Fußmuskulatur Heike Thiede zeigt spezielle Übungen im Liegen, Sitzen und Stehen für die Füße. Es sind sowohl entlastende als auch Koordinationsübungen sowie Übungen für die Stabilität. Bitte eine Decke oder Handtuch, Getränk und bequeme Kleidung mitbringen.	Watt'n Hus
14:30 – 16:00	Kleine Ortsführung Wandert mit den Büsumer Gästelotsen über Deiche und beschauliche Straßen, vorbei an Meer und Hafen. Es geht zu Büsumer Fleckchen, deren Geschichte spannend und humorvoll erzählt wird.	Rathaus-treppe
14:30 – 16:00	Kleine Fahrradtour Büsum war einmal eine Insel. Wo die nördliche Begrenzung war, kann man noch heute sehen. Wo ist das Rathaus? Wer war Neocorus und was ist eine Stöpe? Diese und einige andere Fragen werden während dieser ca. einstündigen Tour von den Büsumer Gästelotsen beantwortet. Die Voraussetzung zur Teilnahme ist ein Fahrrad.	Rathaus-treppe

DONNERSTAG, 02.06.		
09:00 – 14:00	Geschicklichkeitsspiele Wir trainieren unsere Fußmuskulatur z. B. in der Tobehalle an unserem Fußparcours.	Mini-Maxi-Club
11:00	Kleine Wanderung in und um Büsum Auf diesem Wanderweg über 7 km führt Wilfried Köpke vom Startpunkt an der Tourist-Information einmal rund um Büsum herum.	Eingang Watt'n Hus
15:00 – 16:00	Die Peter Hess®-Klangmassage Entspannung, Gesundheit und Lebensfreude! In diesem Erlebnisvortrag von Heike Thiede mit kleinen Mitmachübungen erfahrt ihr Wissenswertes über die Peter Hess®-Klangmassage, ihre Wirkung und Anwendung. Informieren-Ausprobieren-Erfahren!	Watt'n Hus
17:00 – 18:30	Pilgern in Büsum – Hafen & Deich Im Gespräch mit der Urlauberseelsorge. Pilgern ist Beten mit den Füßen. Der Pilgerweg „Hafen und Deich“ verbindet Büsums reizvolle Landschaft mit Fragen und Impulsen zu Glauben und Spiritualität.	St. Clemens Kirche



**30. Mai bis
4. Juni 2022**
Programm

Uhrzeit	Beschreibung, Durchführung	Ort
FREITAG, 03.06.		
09:00 – 14:00	Geschicklichkeitsspiele Wir trainieren unsere Fußmuskulatur z. B. in der Tobehalle an unserem Fußparcours.	Mini-Maxi-Club
10:00 – 12:00	Wahrnehmen der Füße – bewusstes und achtsames Gehen Eine ca. 2-stündige Wanderung mit Thomas Antonczyk durch das Watt und am Deich entlang. Dabei bewusst die Füße spüren, ob barfuß oder mit Schuhen. Was verändert sich? Bitte Handtuch mitbringen und wetterfeste Kleidung anziehen.	Watt-Tribüne
10:00 – 12:00	Wattenlaufen mit Musik* Büsumer Sommerorchester	Watt-Tribüne
15:00 und 16:30	Mien Foot deiht weh, de Schomaker kun hölpen Vortrag op Platt, allns op Platt? Na ja, fast allns op Platt. Dr. med. Georgi informiert über zahlreiche Fußerkrankungen und welche Maßnahmen es dagegen gibt.	Watt'n Hus
19:00 – 21:00	Multivisionvortrag „Berge“ Andreas Eller spannt in seiner neuen Multivisionsshow den Bogen von den kleinen Erhebungen im Norden und Osten Deutschlands, über den Fichtelberg in Sachsen, den Brocken in Sachsen-Anhalt und die Wasserkuppe in Hessen bis zu weiteren Bergen in der Mitte und im Westen des Landes. Weiter geht es auf den Feldberg im Südwesten von Baden-Württemberg und auf den höchsten Berg Deutschlands, die 2.962 Meter hohe Zugspitze im südlichen Bayern. Alle sogenannten „16 Summits“, die jeweils höchsten Gipfel der deutschen Bundesländer hat Andreas 2019 bestiegen. Weiter geht es über die Nordwestseite auf den Gipfel des Mont Blanc, mit 4.810 Meter der höchste Berg der Alpen. Der Jbel Toubkal in Marokko ist mit 4.167 Meter der höchste Berg im Nordwesten Afrikas, von dort blickt Andreas auf den Hohen Atlas. Der Höhepunkt ist dann die Besteigung des „Schwarzen Steines“, den 5.675 Meter hohen Kala Patthar im Südosten Nepals, der Traumblick auf den Mount Everest.	Watt'n Hus