

Schneeschuhtour

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel

Info: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675

11.02.18 | Sonntag

Kneipp-Gesundheitstreff mit wechselnden Themen und Referenten

▣ Villa Kaffeehaus, Kempten, Immenstädter Str. 9

23.02.18 | Freitag | 15 Uhr

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915

25.02.18 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

März 2018

Schneeschuhtour

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel

Info: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675

04.03.18 | Sonntag

Bleib fit – tanz mit

Tänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige

▣ Altstadtthaus

Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)

14.03.18 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915

18.03.18 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Wanderung um Neutrauchburg durch geheimnisvolle Moore und Wälder

Info und Anmeldung: Heinz Schönberger, ☎ 0831-56585910

▣ TVK Sportpark

25.03.18 | Sonntag | 9 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff mit wechselnden Themen und Referenten

▣ Villa Kaffeehaus, Kempten, Immenstädter Str. 9

23.03.18 | Freitag | 15 Uhr

Unsere Kurs-Angebote:

Fit durch Nordic walking

Jeweils Montag von 9 – 10:30 Uhr

▣ Parkplatz Waldhorn

Schneeschuhtouren bei guten Schneeverhältnissen

NW Kursleiterin SKA: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675

Gesundheitsgymnastik für Frauen

Jeweils Montag von 16 – 17 Uhr, ganzjährig außer in den Schulferien

▣ Sporthalle am Königsplatz

Kursleitung: Gymnastiklehrerin Inge Keller, ☎ 0831-81906

Yoga Schnupperkurs: 60 plus

Mittwoch | 10 – 11 Uhr | 3x am 11./18./25.10.2017

▣ Selbsthilfetreff, Sankt-Mang-Platz 11

Mitglieder € 20, sonst € 25; Mindestteilnehmerzahl 6

Info und Anmeldung: Ida-Anna Braun, ☎ 08370-293,

ida-anna.braun@t-online.de

Achtsames Bewegen – bewusstes Atmen – tiefe Entspannung – Meditation

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Dienstag | 18 – 19:30 Uhr | 9x ab 10.10.17, nicht am 31.10.

Der Kurs wird 2018 nach Absprache weitergeführt.

▣ Sonnensaal der Lebenshilfe, Schwalbenweg 61, Rückgebäude

Info und Anmeldung: Ida-Anna Braun, ☎ 08370-293,

ida-anna.braun@t-online.de

Pilates – Morgenstund hat Gold im Mund

Dienstag | 10:30 – 11:30 Uhr | 7 Trainingseinheiten ab 10.10. –

28.11.17, nicht am 31.10.; Mitglieder 52,50 €, sonst 59,50 €;

ab 09.01.2018 10 Trainingseinheiten, Mitglieder 75 €, sonst 85 €

▣ Oberösch, Kempten St. Mang, Oberösch 2

Info und Anmeldung: Ulrike Herz, Pilatetrainerin,

☎ 0831-16655, uliherz@kabelmail.de

Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene

Chan Mi (speziell für die Wirbelsäule)

Informationen zu Terminen und Kosten:

Carola Christ-Werner, Qi Gong-Lehrerin, ☎ 0831-5122754,

cantiamocc@t-online.de

Allgemeines

- ▶ Für die Wanderungen und Bergtouren sind Stöcke empfehlenswert.
- ▶ Für allen Ausflüge, Wanderungen, Schneeschu-, Berg- und Radtouren sind Änderungen der Abfahrtsorte und Abfahrtszeiten möglich.
- ▶ Nehmen Sie bitte deshalb immer Kontakt zu den Kursleitern auf, und achten Sie jeweils auf die Rubrik „kurz notiert“ in der Allgäuer Zeitung.
- ▶ An allen Veranstaltungen nehmen Sie in eigener Verantwortung teil und erheben keine Haftungsansprüche gegenüber dem Veranstalter bzw. den Kursleitern.
- ▶ Bitte nehmen Sie immer ihren Mitgliedsausweis mit.

Wenn Sie dem Kneipp-Verein eine Spende zukommen lassen wollen:

Wir sind gemeinnützig anerkannt und können Spendenquittungen ausstellen.

Kneipp-Verein Kempten e.V.

Sparkasse Allgäu

IBAN: DE79 7335 0000 0310 0146 42

BIC: BYLADEM1ALG

 **Kneipp**
aktiv & gesund

Kempten e.V.

87435 Kempten

St. Mang-Platz 11

Tel. 0831-96087064

Fax 0831-96087065

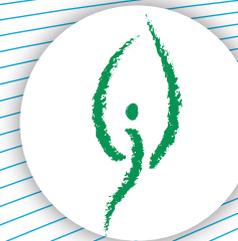
E-Mail: info@kneippverein-kempten.de

www.kneippverein-kempten.de

Bürozeit: Montag 17–18 Uhr, nicht während der Schulferien

 **Kneippen ist Kult**

 **Immaterielles Kulturerbe**
Wissen, Können, Weitergeben.
Das Kneippen ist Immaterielles Kulturerbe



Programm

**Herbst/Winter
2017/2018**

 **Kneipp**
aktiv & gesund

Kempten e.V.

Oktober 2017

Einheimische Superbeeren und starke Kräuter für ein gut funktionierendes Immunsystem

Spaziergang zum Kneipp-Heilpflanzengarten in Wiggensbach/Westenried mit Gerda Handl-Gröner
Info und Anmeldung: ☎ 08373-7319

☑ Marktplatz Wiggensbach
06.10.17 | Freitag | 14:30 Uhr

Yoga: Einführung für Anfänger, das Nötigste in aller Kürze

Mitglieder € 20, sonst € 25; Mindestteilnehmerzahl 6
Info und Anmeldung: Ida-Anna Braun, ☎ 8370-293

☑ Selbsthilfetreff Sankt-Mang-Platz 11, Kempten
07.10.17 | Samstag | 10 – 13 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Tänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)

☑ Altstadtthaus
11.10.17 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

Der Fuß – ein Wunderwerk der Natur

Kooperation mit der Bahnhofapotheke Kempten
Leitung: Kerstin Rossa, Heilpraktikerin
☑ Seminarraum Bahnhofapotheke, Kotterner Str. 81, 4. Stock

Anmeldung erforderlich: ☎ 0831-5226618
Kostenbeitrag: bei Vorlage des Mitgliedsausweises € 2,00
11.10.17 | Mittwoch | 19 – 20:30 Uhr

Wanderung durchs Schwarzwassertal über Naturbrücken und Kessellöcher

Info und Anmeldung: Heinz Schönberger, ☎ 0831-56585910
☑ TVK Sportpark
18.10.17 | Mittwoch | 9 Uhr

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
22.10.17 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Vegetarisch leben

Kooperation mit der Bahnhofapotheke Kempten
Leitung: Gabriele Greither-Hof, Ernährungsberaterin
☑ Seminarraum Bahnhofapotheke, Kotterner Str. 81
Anmeldung erforderlich: ☎ 0831- 5226618, bei Vorlage des Mitgliedsausweis € 2,-
23.10.17 | Montag | 18:30 – 20 Uhr

Bluthochdruck natürlich regulieren mit Kneipp

Gisela Antor, Kneipp-Verein Kempten, Vortragsreihe der IG FÜR
☑ Haus Hochland
25.10.2017 | 19:30 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff mit wechselnden Themen und Referenten

☑ Villa Kaffeehaus, Kempten, Immenstädter Str. 9
27.10.17 | Freitag | 15 Uhr

Staudammführung am Rottachsee mit Franz Hösle

anschließend kleine Wanderung mit Einkehr
Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
☑ vor dem Hbf
29.10.17 | Sonntag | 13 Uhr

November 2017

Besichtigung Kaffeerösterei Weber

☑ Kempten, Rathausplatz 13
Info und Anmeldung: Karin Wegmann, ☎ 0831-83994
08.11.17 | Mittwoch / 13:30 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Tänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
☑ Altstadtthaus
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)
08.11.17 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

Winterzeit – Kräuter – Teezeit

Spaziergang zum Kneipp-Heilpflanzengarten in Wiggensbach/Westenried mit Gerda Handl-Gröner
Info und Anmeldung: ☎ 08373-7319
☑ Marktplatz Wiggensbach
10.11.17 | Freitag | 14:30 Uhr

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
19.11.17 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff mit wechselnden Themen und Referenten

☑ Villa Kaffeehaus, Kempten, Immenstädter Str. 9
24.11.17 | Freitag | 15 Uhr

Gedenkgottesdienst für verstorbene Mitglieder des Vereins

Basilika St. Lorenz
25.11.17 | Samstag | 9 Uhr

Agro-Gentechnik, Patente und Waren-Wert des Lebens

Dr. Christoph Then, Tierarzt und Gründer von Testbiotech
☑ Haus Hochland, Prälat-Götz-Str. 2, Kempten, Vortrag der IG FÜR
29.11.17 | Mittwoch | 19:30 Uhr

Dezember 2017

Außerordentliche Mitgliederversammlung wegen Neufassung der Satzung von 1988, mit anschließender Adventsfeier

im Altstadtthaus
02.12.17 | Samstag | 13:30 Uhr

Wanderung am 1. Advent

Info/Anmeldung: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675
03.12.17 | Sonntag

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
10.12.17 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Advent in der Stiftstadt

Kooperation mit den Stiftstadt Freunden e.V.
am Kneipp-Denkmal an der Herbststraße, beachten Sie die Hinweise in der Zeitung
16./17.12.17 | Samstag/Sonntag

Bleib fit – tanz mit

Tänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
☑ Altstadtthaus
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)
13.12.17 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff mit wechselnden Themen und Referenten

☑ Villa Kaffeehaus, Kempten, Immenstädter Str. 9
29.12.17 | Freitag | 15 Uhr

Januar 2018

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
14.01.18 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Tänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
☑ Altstadtthaus
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)
17.01.18 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

Schneeschuhtour

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel
Info: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675
21.01.18 | Sonntag

Lust auf Schokolade?

Lieblingsschokolade selbst herstellen
Kosten: Mitglieder € 30, sonst € 35, jeweils plus € 5 Materialkosten; Mindestteilnehmer 6, max. 10
Anmeldeschluss 22.01.18
☑ BBSB, Hirnbeinstr. 8, Kempten
Iris Schaidnager, ☎ 0151-17343970, is.schoko-pur@gmx.de
Donnerstag, 25.1.2018 um 17:30 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff mit wechselnden Themen und Referenten

☑ Villa Kaffeehaus, Kempten, Immenstädter Str. 9
26.01.18 | Freitag | 15 Uhr

Februar 2018

Bleib fit – tanz mit

Tänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
☑ Altstadtthaus
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)
07.02.18 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr