

Lust auf Zukunft – Wie eine Gesellschaft die Wende schaffen wird

Dr. Franz Alt, Journalist, Fernsehmoderator und Bestseller-Buchautor

Vortragsreihe der IG FÜR

☑ Pfarrzentrum St. Lorenz, Herrenstr. 1 (Zugang über Hofgartenseite)

26.02.20 | Mittwoch | 19:30 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff

mit wechselnden Themen und Referenten

☑ Waldhorn, Im Steufzgen 80, Kostenbeitrag 2 €

28.02.20 | Freitag | 15 Uhr

März 2020

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915

15.03.20 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadtthaus Kempten

Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige

Leitung: Heidi Emmert, (freiwilliger Kostenbeitrag)

☑ Altstadtthaus

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

Frühlingswanderung im Voralpenland (nach Wetterlage)

Info/Anmeldung: Heinz Schönberger, ☎ 0831-56585910

☑ vor dem Hbf

22.03.20 | Sonntag | 9:30 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff – Frühlingslieder und Gedichte

Referentin: Heidi Emmert

☑ Waldhorn, Steufzgen 80, Kostenbeitrag 2 €

27.03.20 | Freitag | 15 Uhr

Vorschau April 2020

29.04.20 | Mittwoch | 17 Uhr

Jahreshauptversammlung

☑ Altstadtthaus

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

am 30.09.19 spezielle Fußgymnastik

ganzjährig außer in den Schulferien

☑ Sporthalle am Königsplatz

Kursleitung: Gymnastiktrainerin Inge Keller, ☎ 0831-81906

Achtsames Bewegen – bewusstes Atmen – tiefe Entspannung – Meditation

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene (Schnupperstunde möglich)

jeweils am Dienstag | 18 – 19:30 Uhr

Kurs 1: 5x ab 08.10.2019 Kurs 2: 5x ab 12.11.2019

2020 werden die Kurse nach Absprache weitergeführt.

☑ Sonnensaal der Lebenshilfe, Schwalbenweg 61, Rückgebäude

Leitung: Ida-Anna Braun, Info/Anmeldung: ☎ 08370-293,

ida-anna.braun@t-online.de

Kurs: Elementarkurs – Beweglichkeit

Trainingsprogramm für das gesamte Nervensystem

mit Übungen für individuelle Bedürfnisse

Mittwoch 02.10.19 – 18.12.19 von 17 – 18 Uhr

Kurs: Körperbildung und Tanz

Tänzerische Elemente mit Umsetzung in den Arbeitsalltag

(7 Minuten Programme)

Mittwoch 02.10.19 – 18.12.19 von 18 – 19 Uhr

Beitrag je Kurs: 100 € für Mitglieder 90 €

☑ Gemeindehaus der evangelischen Johannesgemeinde,

Braut- und Bahrweg 1–3

Info/Anmeldung: Carola Christ-Werner,

☎ mobil: 015780656546, cantiamocc@t-online.de

Allgemeines

- ▶ Für die Wanderungen und Bergtouren sind Stöcke empfehlenswert.
- ▶ Für alle Ausflüge, Wanderungen, Schneeschuhtouren, Berg- und Radtouren sind Änderungen der Abfahrtsorte und Abfahrtszeiten möglich.
- ▶ Bei Regenwetter fallen die Touren aus, die Ausflüge jedoch nicht. Bitte beachten Sie jeweils den Hinweis in der Allgäuer Zeitung unter „Kurz notiert“ und nehmen Sie immer Kontakt zu den Kursleitern auf.
- ▶ Während der Veranstaltungen werden Fotos gemacht. Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie sich mit der Veröffentlichung der Aufnahmen im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit des Kneipp Vereins Kempten e.V. einverstanden.
- ▶ An allen Veranstaltungen nehmen Sie in eigener Verantwortung teil und erheben keine Haftungsansprüche gegenüber dem Veranstalter bzw. den Kursleitern.
- ▶ Bitte nehmen Sie immer Ihren Mitgliederausweis mit.



Kneipp Verein
aktiv & gesund

Kempten e.V.

87435 Kempten · St. Mang-Platz 11

Telefon 0831-96087064

Fax 0831-96087065

E-Mail info@kneippverein-kempten.de

Internet www.kneippverein-kempten.de

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

Bank: Sparkasse Allgäu

IBAN: DE79 7335 0000 0310 0146 42

BIC: BYLADEM1ALG

Gedruckt mit freundlicher Unterstützung der

Bahnhof-Apotheke
Kempten Allgäu



Programm

Herbst/Winter
2019/2020

Kneipp Verein
aktiv & gesund

Kempten e.V.

September 2019

Auf den Spuren Sebastian Kneipps durch Kempten

Wanderung nur bei trockenem Wetter

Info/Anmeldung: Gisela Antor bis 18.09.19, ☎ 0831-67857

☑ Engelhaldepark

20.09.19 | Freitag | 14 Uhr

Wildkräuterlust im Herbst – Heilsame Bitterstoffe

im Kneipp-Heilpflanzengarten in Wiggensbach/Westerried

☑ Parkplatz Gästehaus Schwarz

Info/Anmeldung: Gerda Handl-Gröner, ☎ 08373-7319

27.09.19 | Freitag | 14 – 17 Uhr

Oktober 2019

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten

Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige

Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)

☑ Altstadthaus

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

E-Bike Abschlusstour ins Blaue mit Einkehr

Info/Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831- 5308915

☑ hinter dem Hbf

10.10.19 | Donnerstag | 9:30 Uhr

Tag der Senioren im Altstadthaus und Selbsthilfetreff

Wir haben unseren Büroraum geöffnet und freuen uns auf Besuch

12.10.19 | Samstag | 10 – 16 Uhr

Wasser und Moor – Themenwanderung rund um den Elbsee

Info/Anmeldung: Heinz Schönberger, ☎ 0831-56585910

☑ vor dem Hbf

13.10.19 | Sonntag | 9:30 Uhr

Offenes Singen und Tanzen

Sing/Tanzlehrerin: Carola Christ-Werner,

☎ mobil: 015780656546, cantiamocc@t-online.de

☑ Gemeindehaus der evangelischen Johannesgemeinde Kempten

16.10.19 | Mittwoch | 19:45 – 21:15 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff

Unsere Haut – Spiegel der Seele

Referentin: Gisela Antor, Kostenbeitrag 2 €

☑ Waldhorn, Im Steufzgen 89

25.10.19 | Freitag | 15 Uhr

Besichtigung der Stadtpfarrkirche Mariä Himmelfahrt und Krippenmuseum

Kulturfahrt nach Vils

Info/Anmeldung: Karin Wegmann, ☎ 0831- 83994

30.10.19 | Mittwoch | 9:15 Uhr vor dem Hbf

November 2019

Sie suchen ein Weihnachtsgeschenk? Schenken Sie Gesundheit!

Gutscheine für eine Jahresmitgliedschaft 2020
im Kneipp-Verein Kempten.

Erhältlich während der Bürozeiten ab 4.11.2019

Gedenkgottesdienst

für verstorbene Mitglieder des Kneipp-Vereins

Basilika St. Lorenz

09.11.19 | Samstag | 9 Uhr

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info/Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915

10.11.19 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten

Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige

Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)

☑ Altstadthaus

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

Besichtigung der Allgäuer Werkstätten – Kempten

☑ TVK Sportpark

Info/Anmeldung: Karin Wegmann, ☎ 0831-83994

13.11.19 | Mittwoch | 13:30 Uhr

Märchenstunde für Erwachsene – das Sterntalermädchen spirituell gedeutet

Referentin: Ida-Anna Braun

☑ Selbsthilfetreff, St. Mang Platz 11

Kosten für Mitglieder 3 € sonst 5 €

15.11.19 | Freitag | 15 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff

Kneipp und Umwelt: Was können wir zum Klimaschutz beitragen?

Referentin: Ida-Anna Braun, Kostenbeitrag 2 €

☑ Waldhorn, Steufzgen 80

29.11.19 | Freitag | 15 Uhr

Dezember 2019

„Wir sagen euch an den lieben Advent“

Themenwanderung am 1. Advent

Info/Anmeldung: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675

01.12.19 | Sonntag

Räuchern – altes Brauchtum und Gesundheitsvorsorge

Kooperation mit der Bahnhof-Apotheke

Vortrag mit Kerstin Rossa, Kurs Nr.: 1966

☑ Seminarraum Bahnhof-Apotheke, Kotterner Str. 81, 4. Stock

Anmeldung erforderlich: ☎ 0831- 5226618, bei Vorlage des Mitgliedsausweis 2 €

04.12.19 | Mittwoch | 19 – 20:30 Uhr

Jahresabschluss mit Ehrungen und anschließender Adventsfeier

Besinnlicher Nachmittag mit Musik, Liedern und Texten

☑ Altstadthaus, Schützenstraße 2

07.12.19 | Samstag | 14 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten

Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige

Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)

☑ Altstadthaus

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

Vorweihnachtlicher Teenachmittag mit kreativer Gestaltung

Geschenkkarten, Anhänger etc. Vorstellung der kalligrafischen Schrift UNZIALIS

Kosten: Mitglieder 15 €, Nichtmitglieder 18 €

Anmeldung/Info: Gerda Handl-Gröner, ☎ 08373-7319

☑ Fachräume im Untergeschoss der Grundschule Haldenwang

13.12.19 | Freitag | 14 – 17 Uhr

Januar 2020

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info/Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915

12.01.20 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten

Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige

Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)

☑ Altstadthaus

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

Schneeschuhtour

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel

Info/Anmeldung: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675

19.01.20 | Sonntag

Kneipp-Gesundheitstreff

Vitamine für die Seele

Referentin: Ida-Anna Braun, Kostenbeitrag 2 €

☑ Waldhorn, Im Steufzgen 80

31.01.20 | Freitag | 15 Uhr

Februar 2020

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info/Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915

16.02.20 | Sonntag | 15 – 18 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten

Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige

Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)

☑ Altstadthaus

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

Schneeschuhtour

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel

Info/Anmeldung: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675

23.02.20 | Sonntag