

Im Maße liegt die Ordnung.

Jedes Zuviel und Zuwenig setzt anstelle von

Gesundheit

die Krankheit.

Sebastian Kneipp



Wasser


Verein
Kneipp
aktiv & gesund



Bewegung



Covid 19 hält uns weiterhin auf „Trab“. Aber ein leichter, gesunder „Trab“ nützt mehr als er schadet. Gehen Sie weiter mit Ihrem „Trab“ der „Corona“ aus dem Weg!!!

Allen, die im Zusammenhang mit Covid 19 oder aus anderen Gründen gesundheitliche Beschwerden haben und vielleicht auch leiden müssen, wünschen wir baldige und nachhaltige Genesung!

Vorschau für die nächsten Monate 2020

Oktober 2020

JAHRESAUSFLUG!!!!

Das Programm für unseren Jahresausflug am Sonntag, den 18. 10. 2020 ist neu gestaltet - nun eine kleinere Fahrt mit tollen Zielen. Auf der schwäbischen Bäderstraße von Bad Grönenbach nach Bad Wurzach!!!!

Wir besuchen in Urlau / Leutkirch die Genussmanufaktur (Besteht seit einem Jahr) mit Führung, hernach Mittagessen in Urlau im Gasthof zum Bären.

Weiterfahrt nach Bad Wurzach ins Wurzacher Ried mit Fahrt mit dem Moorbähnle und Zeit zur freien Verfügung. Möglichkeiten ums Moor zu wandern (ca. 1,5 Std.) oder ins Museum „Moorextrem“ zu gehen, die Seele baumeln zu lassen oder Cafe zu trinken ...

Heimfahrt am späten Nachmittag.

Kosten ca. 20 € je nach Teilnehmerzahl max. 40 Personen.

Im Bus und bei der Führung besteht Maskenpflicht!!! Im Bus dürfen Paare und zusammen angemeldete Personen auch nebeneinander sitzen. Einzeln angemeldete Personen sitzen alleine.

Abfahrt 8.45 Uhr Wolfertschwenden / Kirche und 9.00 Uhr Bad Grönenbach / Castilentiplatz

Waldbaden findet über die Kurverwaltung statt. Termine sind im Oktober jeweils Montags, 05. und 19.10 um 16.00 Uhr, Treffpunkt: Waldparkplatz Herbisriederstraße hinter den Kliniken. Anmeldung bitte über die Gästeinformation Bad Grönenbach (Tel.: (08334-60531).

Gesundheitswandern findet auch über die Kurverwaltung statt. Termine sind jeweils Donnerstag, 8. und 22. Oktober um 17.00 Uhr, Treffpunkt im Kurpark. Anmeldung bitte über die Gästeinformation Bad Grönenbach (Tel.: (08334-60531).

Wassergymnastik ist zurzeit leider nicht möglich!!! Sobald neue Infos vorliegen, werden diese gleich per Whats app und im „November-Blättle“ bekannt gegeben.

Kneippgymnastik läuft wieder in der Halle ab Oktober mit Hanne Fendt wie gehabt.

Für manche N E U – für andere W I E D E R!!!

Am ersten Dienstag im Oktober, 6. 10. 2020 und im Monat November, 3. 11. 2020, jeweils um 19:00 Uhr

STAMMTISCH im KURCAFE NEUMAIR

in Bad Grönenbach. In lockerer Runde nette Gespräche führen, Leute treffen und kennenlernen!!!

Die Vorstandschaft freut sich auf Euer kommen

Neues im November 2020

Kurs „Gesundheitssförderung durch Intervallfasten „

Intervallfasten ist zurzeit voll im Trend. Viele wissen aber nicht genau, wie und was ich dabei beachten muss, wie lange müssen Intervalle sein, was darf ich essen....

Es alleine durchzuführen ist für einige schwer, daher besser miteinander! Denn in der Gruppe geht es leichter und es gibt viele Infos und Anleitungen.

Wir vom Kneippverein bieten einen Kurs über 3 Wochen an. Mit einem Einführungsabend und vielen Infos und Infomaterialien für Sie; zwei Abende, wo wir uns als Gruppe treffen und austauschen und einen Abschlussabend.

Termine sind: Einführungsabend: Donnerstag, 5. 11. 2020
Gruppenabende: Donnerstag, 12. und 19. 11.2020
Abschlussabend: Donnerstag, 3. 12.2020

jeweils um 19.00 Uhr im Kursaal im Haus des Gastes.

Fastenleiterin: Gabriele Baumeister

Kosten für Mitglieder €65,00 und Nichtmitglieder und Gäste €70,00 incl. Infomaterial.

Mindestteilnehmer 7 Personen, max. 20 Personen

Anmeldung unter 08334/989490 oder gabybaumeister@web.de

Dezember 2020

Weihnachtsmarktfahrt als Tagesfahrt am 4. 12. 2020.

Die Weihnachtsfeier am Dienstag, 8. 12. 2020, wird stattfinden – aus heutiger Sicht auch mit Musik. Leider aber nur mit 50 Personen und mit Anmeldung bei Gaby Baumeister.

Vorschau für das Jahr 2021

Die „aktiven Wander- und Erlebnistage“ an der Mosel im Weinort Ernst (geplant vom 16. – 19. Mai 2020)“ sind verschoben auf den Juli 2021.

Bleiben Sie gesund und weiterhin präventiv Kneipp-aktiv!

Laufende Kurse:

Montag: 18:00 Uhr -

Dauereintrag

Kneippgymnastik mit Hanne Fendt