

"Ich lobe den Fortschritt in vielen
Wissenschaften und freue mich desselben. Aber
nicht alles ist auch in Wahrheit Fortschritt, was
diese modern klingende Aufschrift trägt."

Sebastian Kneipp

The image features five hands of different skin tones reaching towards the center from the top, bottom, and sides. Each hand holds a circular symbol in a different color: yellow, green, red, blue, and orange. The symbols are stylized representations of the Kneipp logo, which is a caduceus (a staff with two snakes) intertwined with a leafy branch. The background is a bright blue sky with scattered white clouds.

KNEIPP VEREINT

PROGRAMM

Januar/Februar

www.kneippbund.de

Januar 2024

Aqua Fit am Vormittag mit Hanne Fendt

Mittwochs ab 03.01.24 um 11.45 Uhr im Hotel

Kneippgymnastik mit Hanne Fendt

Startet wieder am Montag den 08.01.2024 von 17.15 – 18.15 Uhr in der alten Turnhalle.

Vitalität und Beweglichkeit erhalten bzw. verbessern, Kräftigung der Muskulatur, geistige Fitness durch Koordination-, Reaktions- und Gleichgewichtsübungen.

Entdecken Sie die Freude an der Bewegung in der Gruppe.

Hatha Yoga für Einsteiger

Vom 09.01 – 11.03.23 von 09.30 – 10.45 Uhr

Mit Marianne Berger, Yogalehrerin

Preis für Mitglieder 60 € für Nichtmitglieder 80 €

Bitte rutschfeste Matte, Kissen, warme Socken und Decke mitbringen

Anmeldung unter info@yogastudio-nanda.de

Rückfragen unter 08332 95251

Wassergymnastik im Hotel

Wassergymnastik gilt als besonders gelenkschonend und effektiv und macht in der Gruppe viel Spaß

Montags ab 29.01.24 wieder um 18.00 Uhr und 18.45 je 10 x

Donnerstags ab 25.01.24 um 18.00 Uhr je 10 x

Februar 2024

G'sund und immunstark durch die kalte Jahreszeit

Am Donnerstag 01.02.2024 um 19.30 im Kursaal Bad Grönenbach.
Ein Vortrag von Gabriele Baumeister Krankenschwester und
Gesundheitspädagogin SKA. Der Eintritt ist frei

Wandern mit Peter und Petra

Am **23.02.204** „Rund um Legau“. Knappe 7,5 km, 40 Höhenmeter
und Gehzeit ca . 2 Stunden. Treffpunkt um 14:00 Uhr am Marktplatz
Bad Grönenbach zur Bildung von Fahrgemeinschaften. Anmeldung bis
20.02.24 unter **08334 7845 oder 0151 50500896**. Bei schlechter
Witterung wird die Wanderung ggf. abgesagt.

Vorschau für 2024

**Wickel und kneippsche Anwendungen für die Hausapotheke mit Gaby.
Genauer Termin folgt.**

Vom 28.04 bis 05.05.24 Fastenwandern in Rettenbach am Auerberg

23.06 bis 26.06.24 Erlebnisstage in Franken/Bamberger Land

13.07.24 Jahresausflug nach Isny und Umgebung