Laufende Kurse

Montag 10:00 Uhr Pentling
Mittwoch 10:00 Uhr RT-Halle

Wirbelsäulengymnastik

Kursleitung: Hannelore Thiet

Montag 16:00 Uhr

Qi Gong

Kursleitung: Dagmar Uhl-Rückerl

Mittwoch 9:15 Uhr – 10:15 Uhr Pentling Yoga

Kursleitung: Graciela Karl

Mittwoch 10:30 Uhr – 12:00 Uhr Pentling Progressive Muskelentspannung nach Jakobson

Kursleitung: Graciela Karl

Donnerstag 18:15 Uhr – 19:15 Uhr / St. Paul

Line Dance Fortgeschrittene

Kursleitung: Claudia Krause

Donnerstag 19:30 Uhr - 20:30 Uhr / St. Paul

Line Dance Anfänger

Kursleitung: Claudia Krause

Freitag 9:00 Uhr – 10:00 Tegernheim / MZH

Line Dance Fortgeschrittene

Kursleitung: Agnes Kumpfmüller

Details siehe Homepage-Änderungen vorbehalten



...so lautet das bundesweite Jahresmotto des Kneipp Bundes für 2024.

Kneipp vereint die fünf Elemente der Kneipp-Gesundheitslehre (Wasser, Ernährung, Bewegung, Heilpflanzen und Lebensordnung) zu einem ganzheitlichen Gesundheitskonzept, das einfach in den Alltag zu integrieren ist.

Kneipp vereint Alt und Jung und Arm und Reich. Bei gemeinsamen Aktivitäten erhält man Anerkennung und erweitert soziale Kompetenz.

Mit unseren Angeboten möchten wir Sie zum Mitmachen anregen, egal ob Sie Mitglied sind oder nicht. Durch gemeinsames Tun entsteht Gemeinschaft. Viele unserer Angebote finden ganz regelmäßig statt und Sie können jederzeit einsteigen. Rufen Sie an, wir beraten Sie gerne und freuen uns auf Ihr Kommen.

Ihr Kneipp-Team

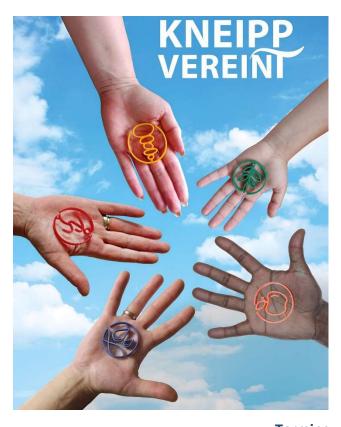
Mail: vorstand@kneippverein-regensburg.de

Homepage: www.kneippverein-regensburg

Telefon: **0176 3434 6809**

IBAN: DE65 7505 0000 0000 1000 99

PROGRAMM 2024



Termine Aktivitäten Veranstaltungen Bewegungsprogramm



Regensburg e.V.

Übersicht Termine 2024

Januar

05.01. Krippenwanderung

18.01. Aquarell Malkurs

27.01. Wanderung Prüfening - Adlersberg

31.01. Betriebsbesichtigung Bayola

Februar

03.02. Franklin® - Organe in Bewegung

07.02. Sonntagsspaziergang

17.02. Wanderung Kelheim – Frauenhäusl

20.02. Kurzwanderung ab Killermannstr.

22.02. Vortrag Schüssler-Salze

29.02. Origami für Ostern

März

03.03. Sonntagsspaziergang

07.03. Vortrag Basenfasten

09.03. Wanderung für Familien

16.03. Wanderung Prüfening – Walba

April

07.04. Sonntagsspaziergang

12.04. Start Schach Anfänger Kurs (8x)

13.04. LineDance Party "Einmal trocken bitte"

16.04. Kurzeinführung im HP Wasser und Ernährung

19.04. Vortrag zum Thema Depression

23.04. Kurzwanderung TP Kneippanl. Hegenauerpark

24.04. Vortrag Vorsorge und Patientenverfügung

27.04. Wanderung Karlstein

Mai

05.05. Sonntagsspaziergang

11.05. Wohlfühltag für Eltern und Kinder

18.05. Fest im HP bei der Kneippanlage

25.05. Wanderung Eilsbrunn

Juni

02.06. Sonntagsspaziergang

08.06. Waldtag für Familien

08.06. Franklin® – Beckenboden

10.06. Workshop Pflanze des Jahres – Holunder

11.06. Kurzwanderung TP bei Cafe u.d. Linden

18.06. Kurzeinführung im HP Wasser und Ordnung

24.06. Führung Apothekergarten Lappersdorf

29.06. Wanderung Max-Schultze-Steig

Juli

07.07. Sonntagsspaziergang

13.07. Ausflug Ingolstadt mit Besuch im

Apothekermuseum

16.07. Kurzeinführung im HP Wasser und Kräuter

August

04.08. Sonntagsspaziergang

12.08. Kräuterwanderung mit Kräuterbuschen binden

13.08. Kurzeinführung im HP Wasser und Bewegung

September

xx.09. Vortrag gesunde Ernährung für Senioren

07.09. Wohlfühlnachmittag für Eltern und Kinder

10.09. Kurzwanderung

27.09. Kurzeinführung "Funktionelle Entspannung"

Oktober

xx.10. Brotbackaktion

12.10. Waldtag für Familien

18.10. Mitgliederversammlung

19.10. Franklin® – Entspannte Schultern, freier Nacken

26.10. Wanderung Donaustauf (fitte Wanderer)

xx.10. Vortrag Darmgesundheit

November

09.11. Franklin® – Bewegungsreise von Kopf bis Fuß

09.11. Wohlfühlnachmittag für Eltern und Kinder

16.11. Wanderung fitte Wandergruppe

23.11. WorkshopTag zum Jahresmotto "KNEIPP VereinT"

Dezember

07.12. Franklin®— Bewegliche Wirbelsäule und Bandscheibe

13.12. Weihnachtsfeier (für Mitglieder)

14.12. Weihnachtliche LineDance Party (auch für Gäste)









