

April 2022

Liebe Mitglieder,

hier der Frühlings-Mitglieder-Rundbrief mit aktuellen Terminen. Wir hoffen, es geht Ihnen allen gut und wir schicken herzliche Grüße

Das Kneipp-Team

Es sind noch Plätze frei

Qi Gong

Ab 30. 03. in der Hemauerstraße 20 a

- **Mittwoch 10.15 Uhr**

Übungsleiter: Dominik Rollenhagen

Und ab 04.04. in der Killermannstraße

- **Montag 16.00 Uhr** (Kurs ist voll)

Übungsleiterin: Dagmar Uhl-Rückerl

Wirbelsäulengymnastik

Seit Februar

- **Montag 10.00 Uhr**, Pentling
- **Mittwoch 10.00 Uhr**, RT-Halle, Schopperplatz

Übungsleiterin: Hannelore Thiet

Yoga

Seit Februar in der Hemauerstraße

- **Montag 9.30 Uhr**

Übungsleiterin: Manuela Mayer

Mitgehen am Mittwoch

Spaziergang mit anschließendem Kaffeeklatsch im Cafe Klara

- **Mittwoch 14.00 Uhr**, Cafe Klara, Kapuzinergasse, MGH

Ausflug mit dem Bus zum Steinberger See



Der Steinberger See, größter See der Oberpfalz mit türkisblauem Wasser bietet viele gemütliche Plätze zum Verweilen und Entdecken und eine riesige Erlebnisholzkugel mit Panoramaplattform. In der Kugelwirtschaft können die Gäste regionale Gerichte genießen.

Busfahrt zum Steinberger See. Für Mitglieder wird die Fahrt bezuschusst.

- **Donnerstag (!) 19.5.2022**, Abfahrt 9.30 Uhr Nähe Bahnhof (genauer Treff wird bei Anmeldung bekannt gegeben)

Gebühr: Fahrt + Eintritt Kugel: 30.- € (22.- Mitglieder)

Maximale Teilnehmerzahl: 17

Anmeldung beim Kneipp-Verein bis spätestens 11.5.22 (Mail oder Telefon)
Reiseleitung: Uta Hildt

Wanderungen

Samstag 30.04.22 Wanderung im Weintinger Forst, langsam, mittelschwer, ca. 2,5 Std., Einkehr Parzefal, **Treff** 13 Uhr Haltestelle Friedrich Viehbacher Allee (Bus 7 Burgweinting) **Anmeldung** bei Kneipp-Verein

Samstag 18.6.22: Wanderung nach Zeitlarn, ebener Weg, leicht, Hin- und Rückweg ca. 4 Std., 14 km. Einkehr Santa Lucia
Treff: 10 Uhr Alexcenter

Samstag 25.6.22: Wanderung im Aberdeen-Park - Wissenswertes über Bäume, Sträucher und ihre Heilkraft
Treff: 15.05 Uhr Bushaltestelle Ostpreußenstr Buslinie 1, 6 km. (Manuela)
Anmeldung Tel. 0941/64083690.

Samstag 16.7.22: Wanderung Gonnersdorf - Wenzenbach:
Einfacher Weg: 1 Stunde, eben, leicht.
Treff / Abfahrt: 13.23 Uhr Buslinie 34 Haltestelle bei DEZ. Einkehr möglich.
Anmeldung: bei Kneipp-Verein
(Diese Angebote sind für Mitglieder frei, Gäste 5.- €)

Sonntagstreff

Themenspaziergänge in der Stadt, in Parkanlagen und Alleen, danach Einkehr möglich:

- **Sonntag 1.5.22**
- **Sonntag 12.6.22**
- **Sonntag 3.7.22**
- **Sonntag 7.8.22**

Leitung: Frieda Dengler-Schroll.
Anmeldung Tel. 0941-709747

Ostdeutschen Galerie

Museumsbesuch mit Führung zum Künstler Pavel Althammer.

- **Samstag 11.6.22**, 10.00 Uhr, Ostdeutsche Galerie

Gebühr (Führung und Eintritt): 18.- €
(14.- € Mitglieder)

Anmeldung bei Kneipp-Verein bis spätestens 18.5.22, max. 14 Personen.

Stadtteil-Spaziergänge

Samstag 4.6.22 Stadtteil-Spaziergang Prüfening. Eine ganz persönliche Führung von Gerda und Renate durch ihren Heimat-Stadtteil, Einkehr im Gasthaus Dunnerkeil.

Treff: 10.30 Uhr, Bushaltestelle REZ,

Rennweg Einkaufszentrum, gegenüber Bahnhof Prüfening) Buslinie 1 (fährt am Samstag alle 15 Minuten)

Anmeldung: bei Kneipp-Verein

Anmeldeschluss: 25.5.22

Maximale Teilnehmerzahl: 15

Klima-Sparbuch Regensburg

„Das erste Klimasparsbuch für die Stadt und den Landkreis Regensburg lädt dazu ein, die eigenen Lebensgewohnheiten unter die Lupe zu nehmen. Ob Ernährung, Konsum, Mobilität oder Wohnen und Bauen - das Klimasparsbuch bietet zahlreiche Tipps und Tricks für einen klimafreundlicheren Alltag, die zudem oft auch eine Geldersparnis mit sich bringen! 30 attraktive Gutscheine aus der Region motivieren zum Ausprobieren von lokalen, klimafreundlichen Handlungs-Alternativen“.

Das Klimasparsbuch gibt es kostenlos bei Stadt und Landkreis Regensburg und in vielen Geschäften.

