

Beitrittserklärung

Ich möchte Mitglied im **Kneipp-Verein Kempten e.V.** werden.

Vorname

Familienname

Geburtsdatum

Straße

PLZ / Wohnort

Telefon

E-Mail

Eintrittsdatum

Einzugsermächtigung

Ich ermächtige den Kneipp-Verein Kempten e.V. widerruflich, den zu entrichtenden Beitrag in Höhe von jährlich:

- 35,- € Einzelperson
- 50,- € Paare/Familien, Kinder bis 16 Jahre sind frei
- mind. 50,- € Institutionen, soziale Einrichtungen, Firmen etc. (je nach Betriebsgröße)

von meinem Konto abzubuchen und dazu meine persönlichen Daten zu verwenden.

BIC

IBAN

Bank

Datum

Unterschrift

Kneipp-Gesundheitstreff

Das Geheimnis der Resilienz – was Menschen stark macht
Referentin: Dr. Christine Buschbeck,
Kostenbeitrag: MG 2 €, NMG 4 €
 Hotel Waldhorn, Steufzgerstube/UG
29.10.21 | Freitag | 15 Uhr

November 2021

**Sie suchen ein Weihnachtsgeschenk?
Schenken Sie Gesundheit!**
Gutscheine für eine Jahresmitgliedschaft 2022
im Kneipp-Verein Kempten

Gedenkgottesdienst für verstorbene Mitglieder des Kneipp-Vereins

Basilika St. Lorenz
06.11.21 | Samstag | 9 Uhr

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info und Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915,
Kostenbeitrag 4 €
07.11.21 | 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, Schützenstr. 2
10.11.21 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

Kneipp-Gesundheitstreff

Patientenkompetenz, Buchvorstellung „Krank sein reicht nicht“
Referentin: Edith Hersping,
Kostenbeitrag: MG 2 €, NMG 4 €
 Hotel Waldhorn, Steufzgerstube/UG
26.11.21 | Freitag | 15 Uhr

Freude im Advent

Wanderung am 1. Advent
Info und Anmeldung: Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675
28.11.21 | Sonntag

Dezember 2021

Vorweihnachtlicher Teenachmittag mit kreativer Gestaltung

Geschenkkarten, Anhänger etc. Vorstellung der kalligrafischen Schrift UNZIALIS
Kosten: MG 15 €, NMG 18 €, inkl. Materialien, Tee und Gebäck
Anmeldung und Info: Gerda Handl-Gröner, ☎ 08373-7319,
handl.groener@online.de
 Fachräume im Untergeschoss der Grundschule Haldenwang
03.12.21 | Freitag | 14 – 17 Uhr

Jahresabschluss mit Ehrungen und Adventsfeier

Begegnungsstätte Margaretha- und Josefinenstift, Adenauer-
ring 39
04.12.21 | Samstag | 14 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten
Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)
 Altstadthaus, Schützenstr. 2
08.12.21 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

Kegelnachmittag in Gaisser's Kegelstube in Durach

Info/Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915,
Kostenbeitrag: 4 €
12.12.21 | Sonntag | 15 – 18 Uhr



Regelmäßiges Angebot übers Jahr:

Fit durch Nordic walking am Montag

in Pandemiezeiten Einteilung in 2 Gruppen:
Gruppe 1: 8:30 – 10 Uhr
Gruppe 2: 10:15 – 11:45 Uhr
ab 03. Mai bis Ende Oktober am Kneippbecken Engelhalde-
park, November/Dezember am Hotel Waldhorn
Monika Weitnauer, NW-Kursleiterin SKA, ☎ 0831-27675

Yoga: achtsames Bewegen, bewusstes Atmen, tiefe Entspannung, Meditation

Im Sommer sind Yogastunden im Freien geplant. Die Pandemie
bestimmt jedoch wo, wann und wie diese stattfinden können.
Bitte achten Sie auf Pressemitteilungen oder fragen Sie unter
08370-976135 nach.
Ab Herbst sind Kurse jeweils am Dienstag geplant:
a) 16.30–17.50 Uhr sanftes Üben mit Tiefentspannung
b) 18.10–19.30 Uhr intensives Üben mit Meditation
Ort: Begegnungsstätte M&J Stift, Adenauer Ring 39, Bewe-
gungsraum 5. Stock
Info und Anmeldung: Ida-Anna Braun, ☎ 08370-976135

Yoga auf dem Stuhl für mehr Beweglichkeit und Freude Schnupperkurs

3x am Dienstag 9.11./ 16.11./23.11.2021, 10–11 Uhr
Kosten: MG 18 €, NMG 22 €
Ort: Begegnungsstätte M&J Stift, Adenauer Ring 39
Anmeldung Ida-Anna Braun, Yogalehrerin, ☎ 08370-976135



Wichtige Hinweise

- ▶ Aufgrund der anhaltenden Pandemie, können alle Veranstaltungen nur unter Vorbehalt stattfinden. Wir bitten um Ihr Verständnis.
- ▶ Bitte nehmen Sie immer ihre FFP2-Maske mit.
- ▶ Für alle Wanderungen, Schneeschuh-, Berg- und Radtouren sind Änderungen der Abfahrtsorte und Abfahrtszeiten möglich. Bitte beachten Sie jeweils den Hinweis in der Allgäuer Zeitung unter „Kurz notiert“ und Serviceseite. 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 Kneippvereins 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.



Kempten e.V.

87435 Kempten

Schillerstr. 9

1. Vorsitzende Ida-Anna Braun

Telefon 08370-976135

E-Mail info@kneippverein-kempten.de

Internet www.kneippverein-kempten.de

Bank: Sparkasse Allgäu

IBAN: DE79 7335 0000 0310 0146 42

BIC: BYLADEM1ALG



Eintrag im
Bundesweiten Verzeichnis
Kneippen –
traditionelles Wissen und Praxis
nach der Lehre Sebastian Kneipps



1821 – 2021

KNEIPP
JAHRE

**PROGRAMM
2021**

Mai 2021

Eröffnung der Kneipp Saison mit „Ankneippen“

Bitte Pressemeldung beachten!
☑ Kneippanlage Engelhaldepark
13.05.21 | Donnerstag | 15 Uhr

Sebastian-Kneipp-Jubiläumswanderung von Ottobeuren nach Stephansried

Start um 17 Uhr am Marktplatz in Ottobeuren
Anmeldung wegen Fahrgemeinschaften bis 15.05.21
Heinz Schönberger, ☎ 0831-56585910,
Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.
☑ vor dem Hbf
17.05.21 | Montag | 15:30 Uhr

E-Biketour – Schrattenbach/Reichholzried

ca. 55 km, ohne Einkehr
Info und Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
☑ hinter dem Hbf
20.05.21 | Donnerstag | 10 Uhr

Frühlingswanderung zum Schwabensberger Weiher

Info und Anmeldung: Heinz Schönberger, ☎ 0831-56585910
☑ Memminger Str. 115 (Michaelskirche)
26.05.21 | Mittwoch | 14:30 Uhr

Juni 2021

Gipfelrunde von Immenstadt über den Mittag

mit dem Zug nach Immenstadt
Info und Anmeldung: Monika Weitnauer, Erlebnis-Wanderleiterin
SKA, ☎ 0831-27675
☑ Eingangshalle Hbf
02.06.21 | Mittwoch | 8 Uhr

Kneippwanderungen für Einsteiger und Interessierte

Unsere Gesundheitstrainerinnen zeigen, wie man es richtig macht.
☑ Kneippanlage Engelhaldepark
07.06.21 | Montag | 18 Uhr | Bei kühlem Wetter oder Regen eine Woche später

E-Biketour Akams

ca. 65 km, mit Einkehr
Info: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
☑ hinter dem Hbf
10.06.21 | Donnerstag | 10 Uhr

„Geh aus mein Herz und suche Freud“

Meditative Wanderung zum Pfingstrosengarten auf dem Wagenbühl
Anmeldung: Ida-Anna Braun, ☎ 08370-976135 bis 17.06.
Kosten: NMG 8 €
☑ Parkplatz TVK
19.06.21 | Samstag | 10 Uhr

Lindau – Besuch der Landesgartenschau

Info und Anmeldung: Karin Wegmann, ☎ 0831-83994
☑ Eingangshalle Hbf
23.06.21 | Mittwoch | 9 Uhr

200 Jahre Kneipp Jubiläum

Tag des Fußes

Aktionen: Yoga, Brainwalking, Tanzen, Gymnastik, Zirkeltraining, Güsse u.v.m.
☑ Engelhaldepark
30.06.21 | Mittwoch | 16 Uhr

Juli 2021

Kneippische Wasseranwendungen lernen

Unsere Gesundheitstrainerinnen zeigen, wie man es richtig macht.
☑ Kneippanlage Engelhaldepark
05.07.21 | Montag | 18 Uhr | Bei kühlem Wetter oder Regen eine Woche später

Rundwanderweg Rubi, Tobelweg, Einkehr, Wallraffweg, Oberstdorf

mit dem Zug nach Oberstdorf (Tour ca. 13 km und 500 hm)
Info und Anmeldung: Monika Weitnauer, Erlebnis-Wanderleiterin
SKA, ☎ 0831-27675
☑ Eingangshalle Hbf
14.07.21 | Mittwoch | 8 Uhr

E-Biketour Katzbrui

ca. 70 km, mit Einkehr
Info und Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
☑ hinter dem Hbf
22.07.21 | Donnerstag | 9 Uhr

☎ = Telefon | ☑ = Treffpunkt | MG = Mitglieder | NMG = Nichtmitglieder

Brainwalking

Unterwegs den Kopf trainieren mit Angelika Schinko-Herb, Gesundheitstrainerin SKA
Kostenbeitrag: MG 3 €, NMG 5 €,
Anmeldung: geka.schinko@gmx.de
☑ Kneippanlage Engelhaldepark
28.07.21 | Mittwoch | 18 Uhr | Bei Regen eine Woche später

200 Jahre Kneipp Jubiläum

Erlebnisführung „Kempten für Körper und Seele“

Anmeldung: Tourismus Kempten, ☎ 0831-960955-25
Kosten: MG 2 €, NMG 5 €
31.07.21 | Samstag | 15 Uhr

August 2021

Kneippische Wasseranwendungen lernen

Unsere Gesundheitstrainerinnen zeigen wie man es richtig macht.
☑ Kneippanlage Engelhaldepark
02.08.21 | Montag | 18 Uhr | Bei kühlem Wetter oder Regen eine Woche später

E-Biketour Gschnaidt, Mailand

ca. 70 km, mit Einkehr
Info und Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
☑ hinter dem Hbf
12.08.21 | Donnerstag | 9 Uhr

200 Jahre Kneipp Jubiläum

Tag der Kräuter im Heilpflanzengarten in Westenried

Kräuter kennenlernen – Aussicht genießen – Gemeinschaft erleben
Anmeldung: Kunigunde Abler, Kneipp-Gesundheitsmentorin,
☎ 0831-5121142
Fahrgemeinschaften oder mit dem Rad
☑ Parkplatz Gästehaus Schwarz, Burg 4
15.08.21 | Sonntag | 15 Uhr

Rundwanderung zur Kappeler Alpe, Einkehr, zurück über Maria Trost

mit dem Zug nach Nesselwang
Info und Anmeldung: Monika Weitnauer, Erlebnis-Wanderleiterin
SKA, ☎ 0831-27675
☑ Eingangshalle Hbf
18.08.21 | Mittwoch | 8:15 Uhr

Brainwalking

Unterwegs den Kopf trainieren mit Angelika Schinko-Herb, Gesundheitstrainerin SKA
Kostenbeitrag: MG 3 €, NMG 5 €,
Anmeldung: geka.schinko@gmx.de
☑ Kneippanlage Engelhaldepark
25.08.21 | Mittwoch | 18 Uhr | Bei Regen eine Woche später

September 2021

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten
Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)
☑ Altstadthaus, Schützenstr. 2
08.09.21 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

E-Biketour Mooshütte

ca. 80 km, mit Einkehr
Info und Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
☑ hinter dem Hbf
16.09.21 | Donnerstag | 9 Uhr

Heilpflanze des Jahres – Der Meerrettich

Wir wandern zum Heilpflanzengarten, lernen auf dem Weg antibakteriell und antiviral wirkende Pflanzen kennen. Wir graben Meerrettich aus, setzen eine Tinktur an und verwenden die Pflanze zu Leckereien, die wir genüsslich verkosten.
Kosten: MG 10 €, NMG 18 €, inkl. Skript, Kostproben und Tinktur
Anmeldung: Gerda Handl-Gröner, ☎ 08373-7319
☑ Parkplatz Gästehaus Schwarz, Burg 4
17.09.21 | Freitag | 14 – 17 Uhr

Rund um den Notzenweiher

Info und Anmeldung: Heinz Schönberger, ☎ 0831-56585910
☑ vor dem Hbf
22.09.21 | Mittwoch | 9:30 Uhr

Jahreshauptversammlung für 2020 und 2021 mit Wahlen

Einladung mit Tagesordnung erfolgt 4 Wochen vorher
Begegnungsstätte Margaretha- und Josefinenstift,
Adenauer Ring 39
29.09.21 | Mittwoch | 16 Uhr (geplant)

Oktober 2021

Spaziergang von Wiggensbach zum Heilpflanzengarten

Wir entdecken auf dem Weg immunstärkende Herbstfrüchte und im Garten erwartet uns Tee und Hefemandelzopf, freiwillige Spende,
Info und Anmeldung: Gerda Handl-Gröner, ☎ 08373-7319
☑ am Dorfbrunnen in Wiggensbach
01.10.21 | Freitag | 14 – 16 Uhr

Herbstwanderung ins Blaue

Info und Anmeldung: Monika Weitnauer, Erlebnis-Wanderleiterin
SKA, ☎ 0831-27675
06.10.21 | Mittwoch |

200 Jahre Kneipp Jubiläum

Tag der seelischen Gesundheit

Spiritualität, ein Schlüssel zur Gesundheit?
Interdisziplinäre Gesprächsrunde mit Dr. med. Anette Bau, Ärztin mit Tätigkeitsschwerpunkt TCM, Dr. med. Peter Bau, Kneipparzt und Frauenarzt, Diplompsychologin Katharina Babl, Leiterin der EFL-Beratungsstelle Kempten, Diplomtheologin Ida-Anna Braun, Yoga- und Meditationslehrerin
Eintritt: MG frei, NM 5 €
☑ Art Hotel Allgäu, Alpenstraße 9
10.10.21 | Sonntag | 18 Uhr

Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten
Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)
☑ Altstadthaus, Schützenstr. 2
13.10.21 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr

E-Biketour Mehlblockalpe

ca. 65 km, mit Einkehr
Info und Anmeldung: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915
☑ hinter dem Hbf
14.10.21 | Donnerstag | 10 Uhr

Wanderung nach Durach zum Backhäusle

Information, Verkostung und anschließend Besuch im Dorfmuseum zurück mit dem Bus oder zu Fuß
Info/Anmeldung bis 21.10.: Christl Hurtig, ☎ 0831-5308915 und Monika Weitnauer, ☎ 0831-27675
☑ hinter dem Hbf
23.10.21 | Samstag | 13 Uhr

Werden Sie Mitglied im Kneipp-Verein Kempten e.V.



Die Vorteile Ihrer Mitgliedschaft in unserem Verein:

- ▶ Kostenfreier Bezug der Zeitschrift „Kneipp-Journal“ 6x im Jahr
- ▶ Regelmäßige Informationen vom Verein per E-Mail, wenn gewünscht
- ▶ Kostenfreie bzw. ermäßigte Teilnahme an den Angeboten und Kursen
- ▶ Gesundheitstreffs mit Referenten zu aktuellen Themen
- ▶ Wöchentliches Nordic walking
- ▶ Geführte Wanderungen, Bergtouren, Radtouren
- ▶ Heilkräuterwanderungen und Seminare
- ▶ Unterweisung in den Kneippischen Wasseranwendungen
- ▶ Geselligkeit und Feiern
- ▶ Ausflüge und Kultur
- ▶ Ermäßigte Preise im Kneipp-Bund Hotel Bad Wörishofen plus ermäßigte Kurtaxe
- ▶ Ermäßigte Seminargebühren bei der Sebastian-Kneipp-Akademie (SKA)
- ▶ 10% Ermäßigung beim Kauf von Barfußschuhen im Leguano Shop in Kempten
- ▶ 10% Ermäßigung auf den Eintritt in die Salzgrotte Kempten