

## Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum

### Kneipp-Verein Kempten e.V.

ab 01. .... zum Mitgliedsbeitrag von:

Einzelperson € 35 pro Jahr  Familie € 50 pro Jahr

Name Vorname Geb.-Datum

Ehepartner/-in Vorname Geb.-Datum

Straße PLZ Ort

Telefon E-Mail

Kinder unter 18 Jahren können beitragsfrei aufgenommen werden

Vorname Geb.-Datum

Vorname Geb.-Datum

### Mit meiner Mitgliedschaft erkenne ich die Satzung des Kneipp-Vereins Kempten e.V. an.

Datum Ort Unterschrift

### Ich ermächtige den Kneipp-Verein Kempten e.V. bis auf Widerruf, den Jahresbeitrag von meinem Konto einzuziehen.

Bank

IBAN

BIC

Datum Ort Unterschrift

## September 2022

### Bleib fit – tanz mit

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

### Naturfreundehaus

mit dem Zug nach Immenstadt  
Info und Anmeldung: Monika Weitnauer,  
Erlebnis-Wanderleiterin SKA ☎ 0831- 27675  
**08.09.22 | Donnerstag | 8:10 Uhr |**  
 Eingangshalle Hbf

### Burghausen – Stadtbesichtigung und Besuch des Kneippvereins

Fahrt mit dem Bus. Info/Anmeldung bis 01.09.:  
Karin Wegmann ☎ 0831- 83994  
**14.09.22 | Mittwoch | 7 Uhr |**  am Hbf

### E-Biketour – Stephansried

ca. 75 km, zurück über Ittelsburg, Ottobeuren  
Info und Anmeldung: Christl Hurtig ☎ 0831- 5308915  
**22.09.22 | Donnerstag | 9 Uhr |**  hinter dem Hbf

### 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:  
☎ 08373-7319 Gerda Handl-Gröner  
**30.09.22 | Freitag | 14 – 17 Uhr |**  
 am Dorfbrunnen in Wiggensbach

## Oktober 2022

### Der Kneippverein Schwandorf e.V. besucht uns vom Samstag 01.10. bis Montag 03.10.22

Informationen zum Kennenlernen der Gäste und gemeinsamen Aktionen werden noch bekannt gegeben.

### Bleib fit – tanz mit

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

### E-Biketour – 7 Seenrunde

ca. 75 km, Maria Rain, Nesselweng  
Info/Anmeldung: Christl Hurtig ☎ 0831- 5308915  
**13.10.22 | Donnerstag | 10 Uhr |**  hinter dem Hbf

### Wanderung Hängesteg Runde

mit dem Auto (Fahrgemeinschaft) nach Görisried  
Info/Anmeldung: Heinz Schönberger ☎ 0831- 56585910  
**28.10.22 | Freitag | 9:30 Uhr |**  Parkplatz Engelhaldepark

## November 2022

### Sie suchen ein Weihnachtsgeschenk?

Schenken Sie Gesundheit! Gutscheine für eine Jahresmitgliedschaft 2023 im Kneippverein Kempten

### Kegelnachmittag in Gaisser`s Kegelstube in Durach

Info/Anmeldung: Christl Hurtig ☎ 0831-5308915,  
Kostenbeitrag 4 €  
**12.11.22 | Samstag | 15 – 18 Uhr**

### Bleib fit – tanz mit

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

### Gesundheitstreff

Krank sein reicht nicht, Patientenkompetenz ist gefragt!  
Lesung mit Edith Hersping  
**25.11.22 | Freitag | 15 Uhr |**  Ort wird noch genannt

### Freude im Advent

Wanderung am 1. Advent  
Info/ Anmeldung: Monika Weitnauer ☎ 0831-27675  
**27.11.22 | Sonntag**

## Dezember 2022

### Kegelnachmittag in Gaisser`s Kegelstube in Durach

Info/Anmeldung: Christl Hurtig ☎ 0831-5308915,  
Kostenbeitrag 4 €  
**03.12.22 | Samstag | 15 – 18 Uhr**

### Bleib fit – tanz mit

Kooperation mit dem Altstadthaus Kempten  
Kreistänze aus aller Welt für Bewegungsfreudige  
Leitung: Heidi Emmert (freiwilliger Kostenbeitrag)  
**Termin 07.12.22 | Mittwoch | 14:30 – 16:30 Uhr |**  
 Altstadthaus | Schützenstr. 2

### Jahresabschluss mit Ehrungen und Adventsfeier

im Altstadthaus, Schützenstr.2  
**10.12.22 | Samstag | 14 Uhr**

## Weitere Angebote übers Jahr:

### Fit durch Nordic walking am Montag, 9 Uhr

Januar bis April und November/Dezember am Parkplatz  
Steufergerstr., Hotel Waldhorn. Mai bis Oktober am Kneipp-  
becken Engelhaldepark NW Kursleiterin SKA:  
Monika Weitnauer ☎ 0831-27675

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

Yogakurse finden weiterhin am Dienstag 18- 19.30 Uhr statt.  
Info unter 08370-976135. Im Sommer sind Yogastunden im  
Freien geplant. Das Wetter und die Pandemie bestimmen  
jedoch wo, wann und wie diese stattfinden können.  
Bitte achten Sie auf Pressemitteilungen oder fragen Sie  
nach unter ☎ 08370-976135

### Das Besondere 2022

Ausflug nach Bad Wörishofen zum einzigen Kneipp-Golfclub  
Deutschlands an einem Sonntag mit kleiner Wanderung und  
gratis Schnupperkurs. Termin per Rundmail.  
Info/Anmeldung: Heinz Schönberger ☎ 0831- 56585910

## 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, den Impfnachweis und den  
Mitgliederausweis 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 Veröffentli-  
chung der Aufnahmen im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit  
des Kneippverein Kempten e.V. einverstanden.

An allen Veranstaltungen nehmen Sie in eigener  
Verantwortung teil und erheben keine Haftungsansprüche  
gegenüber dem Veranstalter, bzw. den Kursleitern.

Verein  
**Kneipp**  
aktiv & gesund  
Kempten e.V.

87439 Kempten, Adenauerring 39  
Tel. 0831-5260273

info@kneippverein-kempten.de  
www.kneippverein-kempten.de

**Bürozeit:** jeden 1. Freitag im Monat von 10 – 12 Uhr

**Sparkasse Allgäu:** IBAN: DE79 73350000 0310014642  
BIC: BYLADEM1ALG



Verein  
**Kneipp**  
aktiv & gesund  
Kempten e.V.

**PROGRAMM**  
Januar-Dezember 2022

MIT TRADITION IN DIE ZUKUNFT

## Januar 2022

### Bleib fit – tanz mit

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

### Knochen stärken – mit Genuss und in Bewegung

Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Kempten. Projekt Generation 55 plus.  
Onlinevortrag.  
Anmeldung/Kontakt: Carina Brunner  
☎ 0831-52613-1219, carina.brunner@aelf-ke.bayern.de  
**26.01.22 | Mittwoch | 18.30 – 20 Uhr**

### Winterwanderung

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel  
Info/Anmeldung: Monika Weitnauer ☎ 0831-27675  
**30.01.22 | Sonntag**

## Februar 2022

### Bleib fit – tanz mit

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

### Schneeschuhtour

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel  
Info/Anmeldung: Monika Weitnauer ☎ 0831-27675  
**13.02.22 | Sonntag**

### Mit Herz fürs Herz – gesund ernähren

Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Kempten. Projekt Generation 55 plus.  
Onlinevortrag.  
Anmeldung/Kontakt: Carina Brunner ☎ 0831-52613-1219, carina.brunner@aelf-ke.bayern.de  
**16.02.22 | Mittwoch | 18.30 – 20 Uhr**  
☎ = Telefon | ☑ = Treffpunkt | MG = Mitglied | NMG = Nichtmitglied

## März 2022

### Bleib fit – tanz mit

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

### Schneeschuhtour

Schnee- und Wetterlage bestimmen das Ziel  
Info/Anmeldung: Monika Weitnauer ☎ 0831-27675  
**13.03.22 | Sonntag**

### Nahrungsergänzungsmittel – Sinn oder Unsinn

Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Kempten. Projekt Generation 55 plus.  
Onlinevortrag.  
Anmeldung/Kontakt: Carina Brunner  
☎ 0831-52613-1219, carina.brunner@aelf-ke.bayern.de  
**24.03.22 | Donnerstag | 10 – 11:30 Uhr**

## April 2022

### Bleib fit – tanz mit

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

### Jahreshauptversammlung 2022

**13.04.22 | Mittwoch | 17 Uhr**  
☑ **Altstadthaus | Schützenstr. 2**

### Fit in Körper und Geist – Bewegung für ein starkes Gedächtnis

Kooperation mit dem Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Kempten. Projekt Generation 55 plus.  
Referentin: Ursula Schmid Physiotherapeutin und Gedächtnistrainerin. Veranstaltung ist kostenfrei.  
Anmeldung/Kontakt: Carina Brunner ☎ 0831-52613-1219, carina.brunner@aelf-ke.bayern.de  
**27.04.22 | Mittwoch | 16 Uhr Kneippanlage Engelhaldepark**

### Heilpflanze des Jahres – Die Brennnessel

im Kneipp-Heilpflanzengarten in Wiggensbach/Westenried.  
Kosten: MG 15 €, NMG 18 €, incl. Skript, wir bereiten Tee und gesunde Häppchen.  
Anmeldung: Gerda Handl-Gröner ☎ 08373- 7319  
**29.04.22 | Freitag | 14 – 17 Uhr |**  
☑ **Parkplatz Gästehaus Schwarz | Burg 4**

## Mai 2022

### Bleib fit – tanz mit

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

**Eröffnung der Kneippseason mit zauberhafter Überraschung und geselligem Beisammensein**  
**07.05.22 | Samstag | 15 Uhr | ☑ Engelhaldepark**

### Wo kommt unser Wasser her?

Mit dem Zug nach Blaichach, zu Fuß nach Oberortwang, Empfang in der Betriebszentrale. Information und Diskussion.  
Wanderung zum Hochbehälter (ca. 45 Min.) Besichtigung, Einkehr beim „Dorfwirt“ Blaichach. Info und Anmeldung: Karin Wegmann ☎ 0831- 83994  
**12.05.22 | Donnerstag | 9 Uhr | ☑ vor dem Hbf**

### Sebastian-Kneipp-Gedächtniswanderung von Ottobeuren nach Stephansried

Anmeldung wegen Fahrgemeinschaften bis 15.05.22  
Heinz Schönberger ☎ 0831- 56585910, die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.  
**17.05.22 | Dienstag | 15:30 Uhr | ☑ vor dem Hbf**

### E-Biketour – Illerradweg nach Fischen

ca. 60 km zurück über Altstätten, Ortwang  
Info und Anmeldung: Christl Hurtig ☎ 0831-5308915  
**19.05.22 | Donnerstag | 10 Uhr | ☑ hinter dem Hbf**

### Gesundheitstreff

Brainwalking ab 16 Uhr mit A. Schinko-Herb (MG 3€/ NM 5€)  
**25.05.22 | Mittwoch | 15 Uhr | im Cafe Engelhaldepark**

## Juni 2022

### Bleib fit – tanz mit

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

### Besuch vom Kneippverein Gundelfingen e.V.

Kennenlernen der Gäste um 15 Uhr an der Kneippanlage  
**02.06.22 | Donnerstag | ☑ im Engelhaldepark**

### Nachmittagswanderung zum Schwabensberger Weiher

Bus Linie 1 und 5, Info/Anmeldung: Heinz Schönberger ☎ 0831- 56585910  
**09.06.22 | Donnerstag | 14:30 Uhr |**  
☑ **Parkplatz Sportanlage SV Heiligkreuz**

### Bad Wörishofen – Besuch Kneipp-Museum

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

### 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  
**23.06.22 | Donnerstag | 8:10 Uhr | ☑ Eingangshalle Hbf**

### E-Biketour – St. Alban, Gfällmühle

ca. 70 km, zurück über Ronsberg, Liebentann  
Info: Christl Hurtig ☎ 0831- 5308915  
**30.06.22 | Donnerstag | 9 Uhr | ☑ hinter dem Hbf**

## Juli 2022

### Gesundheitstreff

Brainwalking ab 16 Uhr mit A. Schinko-Herb (MG 3€/ NM 5€)  
**06.07.22 | Mittwoch | 15 Uhr | ☑ im Cafe Engelhaldepark**

### Burgwanderung – Alt Trauchburg

mit dem Bus nach Weitnau  
Info und Anmeldung: Monika Weitnauer, Erlebnis-Wanderleiterin SKA ☎ 0831- 27675  
**14.07.22 | Donnerstag | 8:30 Uhr | ☑ vor dem Hbf**

### E-Biketour – Terra Nostra

ca. 80 km, zurück über Kustallweiher, Görisried  
Info und Anmeldung: Christl Hurtig ☎ 0831- 5308915  
**21.07.22 | Donnerstag | 9 Uhr | ☑ hinter dem Hbf**

### Bleib fit – tanz mit

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

### Kneipps Hausapotheke

auf der Suche nach typischen Heilpflanzen.  
Wir besprechen Merkmale und Anwendungsbeispiele, während wir Tee und diverse Leckereien zubereiten und anschließend genüsslich probieren.  
Kosten 15 €, für NM 18 € incl. Script und Kostproben  
Anmeldung: Gerda Handl-Gröner ☎ 08373- 7319  
**29.07.22 | Freitag | 14 – 17 Uhr |**  
**Parkplatz Gästehaus Schwarz | Burg 4**

**Sie wollen Mitglied werden?**  
Füllen Sie die Beitrittserklärung im Flyer aus und stecken Sie sie in die Post – wir freuen uns über neue Mitglieder!

## August 2022

### Hofwanderung – Straußberghütte – Altstädter Hof

mit dem Zug nach Sonthofen weiter mit dem Bus  
Info und Anmeldung: Monika Weitnauer, Erlebnis-Wanderleiterin SKA ☎ 0831- 27675  
**11.08.22 | Donnerstag | 8:10 Uhr | Eingangshalle Hbf**

### E-Biketour – Prinzengumpen, Hinterstein

ca. 75 km, zurück Illerradweg  
Info und Anmeldung: Christl Hurtig ☎ 0831-5308915  
**25.08.22 | Donnerstag | 9 Uhr | hinter dem Hbf**

## Vorteile Ihrer Mitgliedschaft in unserem Verein

- ▶ Kennenlernen der Kneippschen Gesundheitslehre
- ▶ Kostenfreie bzw. ermäßigte Teilnahme an den Angeboten und Kursen
- ▶ Regelmäßiger Newsletter per E-mail, wenn gewünscht
- ▶ Kostenfreier Bezug der Zeitschrift „Kneipp-Journal“ 6x im Jahr
- ▶ Heilkräuterwanderungen und Seminare
- ▶ Themenzentrierte Gesundheitstreffs
- ▶ Wöchentliches Nordic walking
- ▶ Geführte Wanderungen, Bergtouren, E-Bike-Touren
- ▶ Yoga und Meditation
- ▶ Ausflüge, Kultur, Geselligkeit und Feiern
- ▶ Ermäßigte Preise im Kneipp 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

