

Das Kneipp-Jahr 2021

Im Jahr 2021 feiert die Kneipp-Bewegung den 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp.

Zu diesem besonderen Anlass hat der Kneipp-Bund e.V. das **Jubiläumsjahr „Kneipp 2021“** ausgerufen und sich zum Ziel gesetzt, auf den Beitrag Kneipps zum deutschen Gesundheitswesen, zur Kultur und zur Ausprägung des Präventionsbegriffes aufmerksam zu machen und das Potenzial der Kneippschen Naturheilverfahren für die Gesundheitsversorgung der Bevölkerung auf Bundesebene noch bekannter zu machen.

Das Immunsystem nachhaltig aktivieren.

Mit dem ganzheitlichen Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp, das die fünf Elemente Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung umfasst, wird das Immunsystem hoch wirksam gestärkt und die Selbstheilungskräfte angeregt. Gerade in dieser Zeit sind das wichtige Voraussetzungen für einen gesunden und aktiven Lebensstil. Erleben Sie ein wertvolles und zugleich zeitgemäßes Gesundheitskonzept für die ganze Familie.

Kneippsche Naturheilverfahren: Einfach. Ganzheitlich. Natürlich. Zeitlos.

Regelmäßige **Termine**

Power - Walking: jeden Dienstag:

Sommer: 18.00 Uhr an der Mutschach Reithalle

Winter: 18.00 Uhr am „Wörnitz – Tor“

Wissenswertes und Interessantes zu Kneipp – Anwendungen finden an der „neuen Kneippanlage“ statt.

Termine siehe Presse!

Gesundheitskonzept:

Wassertreten, Armbad und einfache Güsse, Kneippanwendungen zum Wohlfühlen für zuhause unter der Anleitung eines qualifizierten Mitgliedes des Kneipp-Vereins.

Evtl. Änderungen des Programms werden in der Presse zeitnah bekannt gegeben.

Gäste, Freunde und Interessierte sind zu allen unseren Veranstaltungen herzlich willkommen!

Kursangebote 2021:

Im Rahmen des § 20 SGB V haben die Primär- und Ersatzkassen den Auftrag, Leistungen zur primären Prävention anzubieten.
Bitte lassen Sie sich die Teilnahme vor Buchung von Ihrer Krankenkasse genehmigen.

Gesundheit und Schmerzfreiheit durch

Qi - Gong

Kursleitung: H. Ladel

Ort: Wört, Am Vogelfeld 32

Montag: 17.00/18.15/19:30 Uhr

Tel.: 07964 - 1572

Tel.: 09851 – 2737 H. Famula

je Kurs 10 Einheiten

Beckenboden-Gymnastik

Qi – Gong

Tai – Chi - Chuan

Kursleitung: K. Hölzemann

Tel.: 09854 -979890

Ort: Dinkelsbühl, Dr. – Martin – Luther - Str. 13

im 1. Stock Übungsraum

Mittwoch: 17:00 Uhr 10 Einheiten „Beckenboden-Gymnastik“

18:30 Uhr 10 Einheiten „Qi – Gong“

19:45 Uhr 10 Einheiten „Tai – Chi -Chuan“

Y O G A

Kursleitung: B. Nagler

Tel.:09857-975588

Ort: Dinkelsbühl, „Krankenpflege - Schule“

vor dem Krankenhaus

Mittwoch: 19.00 Uhr und 20.25 Uhr

Donnerstag: 18.45 Uhr und 20.15 Uhr

je Kurs 10 Einheiten

Entspannungskurs

Kursleitung: A. Müller

Tel.: 07951-964713

Ort: Schopfloch, im evangelischen Gemeindehaus

Mittwoch: 18:00 Uhr

Kneipp-Wassergymnastik

Kursleitung: R. Hammerich

Tel.: 09851-554202

Freitag: 17.00 Uhr im Hallenbad

Kursgebühren und nähere Informationen sind beim Übungsleiter zu erfragen!

Unser Ziel: gesunde Menschen

Ein gesundes Leben im Einklang mit der Natur führen und auf diese Art aktiv vorbeugen und Heilung finden. Diesen ganzheitlichen Ansatz hat Sebastian Kneipp (1821 bis 1897) vor 150 Jahren zur Grundlage seiner umfassenden Heilverfahren gemacht - mit Erfolg.

Mitglied werden

Seit 1897 sieht der Kneipp-Bund e.V. seine Kernaufgabe darin, das von Sebastian Kneipp entwickelte ganzheitliche Gesundheitskonzept für Körper, Geist und Seele zu verbreiten und zur Gesundheit möglichst vieler Menschen beizutragen. Der Kneipp-Bund e.V. ist eine unabhängige, gemeinnützige und die mitgliederstärkste Gesundheitsorganisation in Deutschland.

Ihre Vorteile:

Sie nutzen ein vielfältiges gesundheitsorientiertes Angebot für Bewegung und Entspannung

Sie lernen Kneipp-Anwendungen und ihre positiven Wirkungen kennen

Sie lernen die Verwendung von Heilkräutern kennen

Sie genießen gesunde Ernährung

Sie finden Kontakt mit Gleichgesinnten bei Reisen, Ausflügen, Wanderungen usw. und erleben Geselligkeit bei verschiedenen Anlässen

Sie erhalten Vergünstigungen bei Aus-, Fort- und Weiterbildungskursen in unserer Sebastian-Kneipp-Akademie

Sie verbringen Ihren Urlaub zu ermäßigten Preisen in unseren Kneipp-Bund Hotels in Bad Wörishofen und Bad Lauterberg

Sie erhalten sechsmal im Jahr das Kneipp-Journal mit interessanten und vielschichtigen Themen rund um Gesundheitsförderung und Prävention

... und vieles mehr.

Wenn Sie dem Kneipp-Verein eine Spende zukommen lassen wollen:

Wir sind gemeinnützig anerkannt und können Spendenquittungen ausstellen.

Kneipp-Verein Dinkelsbühl e.V. VR-Bank Feuchtwangen-Dinkelsbühl eG
IBAN: DE 5276591000000020958 BIC: GENODEF1DKV

Kneippen für Gesundheit und Wohlbefinden

Hektik und Stress, Digitalisierung und Überlastung, kaum Zeit für die kleinen Freuden des Lebens und stets das Gefühl, viel zu wenig für sich zu tun – der moderne Alltag kann ganz schön an den Kräften zehren. Dabei reichen oft schon ein paar kleine Tricks, um Körper und Seele wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Sebastian Kneipp, der Pfarrer aus Bad Wörishofen, erkannte schon vor 200 Jahren, was es braucht, um die Ressourcen aufzufrischen und die Widerstandskraft zu stärken. Seine ganzheitliche Naturheillehre hat bis heute nichts von ihrer Aktualität verloren. Im Gegenteil: Sie passt hervorragend zu den Erfordernissen des 21. Jahrhundert.

Kneipps Lehre verbindet fünf Elemente – Hydrotherapie mit Wassergüssen, gesunde Ernährung, die Verwendung von Kräutern, Bewegung und innere Harmonie. Elemente, die sich ganz einfach und unkompliziert in unseren Alltag integrieren lassen, die Körper, Seele und Geist mit neuen Kräften versorgen und uns Schwung für die Zukunft geben. Die uns stark machen für das Leben.

Resilienz heißt das neue Zauberwort.

Kneippen ist übrigens ganz einfach. Wahrscheinlich tun Sie es ja längst. Oder sind Sie noch nie über eine Wiese spaziert und haben Ihre Füße in einen eiskalten Bach getaucht?

(Quelle Bayern-Magazin)

Veranstaltungen 2021

Sa: 02. Mai	15:00 Uhr Eröffnung der „Kneipp-Anlage“ an der „Alten Promenade“
Sa: 08. Mai	Jahreshauptversammlung
Mi: 19. Mai	Schlossbesichtigung Schillingsfürst (Fahrgemeinschaften)
Sa: 19. Juni	Jahresausflug nach Nürnberg (Stadtführung/Tiergarten)
So: 28. Juni	Große Wanderung in Dinkelsbühl (wir feiern zusammen Kneipps 200. Geburtstag)
Mitte Juli	Residenzschloss Öttingen (Fahrgemeinschaften)
Di: 21. Juli	Kinderzechdienstag „Grafenmichelhof“ Oberwinstetten2, 17:00 Uhr
August	Streuobsthof Bucerus Weidelbach 19 (Fahrgemeinschaften)
September	Bauernmuseum Maihingen (Fahrgemeinschaften)
Sa: 25. Sept. - Sa: 02. Okt.	Kneipp-Wellness-Woche Bad Wörishofen -Gönn Dir eine persönliche Kneipp-Auszeit!
Oktober	Einführung in die „Önologie“ (Weinkunde) (J. John)
So: 14. Nov.	Jahresabschlussfeier im Gasthaus „Weibs Brauhaus“ Beginn 17:00 Uhr

Wir bitten um Verständnis – alle Angebote und Termine sind derzeit unter Vorbehalt. Wegen Covid-19 ist aktuell keine sichere Planung möglich – es kann zu Verschiebungen kommen! – Vielen Dank!

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen Tag, Ort und Uhrzeit siehe Presse oder auf unserer „Homepage“.

www.kneipp-verein-dinkelsbuehl.de

PROGRAMM 2 0 2 1

(Änderungen vorbehalten)



1821 - 2021

KNEIPP

JAHRE

 Verein
Kneipp
aktiv & gesund

Dinkelsbühl e.V.