

Jahresmotto 2024

K n e i p p vereint

Gesundheitsförderung ist etwas Individuelles – und gelingt gemeinsam am besten!

Das wusste Sebastian Kneipp übrigens schon Ende des 19. Jahrhunderts und veranlasste selbst die Gründung der ersten Kneipp-Vereine in Deutschland. Mittlerweile vereint das Kneippische Gesundheitskonzept Menschen auf der ganzen Welt, unabhängig von Alter, Gesundheitszustand, Nationalität oder sozialem Status. Und davon profitieren Körper und Seele gleichermaßen. Die ganzheitliche Kneipp-Philosophie in der Gemeinschaft zu leben, macht besonders viel Freude – und die Kneipp-Bewegung bietet jede Menge Möglichkeiten dazu.

Quelle: Kneipp-Bund

Regelmäßige Termine

Power - Walking: jeden Dienstag:
Sommer: 18.00 Uhr an der Mutschach Reithalle
Winter: 17.00 Uhr am „Wörnitz – Tor“

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 veröffentlicht. Gäste, Freunde und Interessierte sind zu allen unseren Veranstaltungen sprechen Sie uns an!

P R O G R A M M 2024

Kursangebote 2024:

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

Montag: 17.00/18.15 Uhr

Tel.: 07964 - 1572

je Kurs 10 Einheiten

Beckenboden-Gymnastik Qi – Gong

Kursleitung: K. Hölzemann

Ort: Dinkelsbühl, Walddorfkindergarten, Alte Promenade – neue Kneipp-Anlage-

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

18:30 Uhr 10 Einheiten „Qi – Gong“

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

Tai – Chi - Chuan

Tel.: 09854 -979890

Y O G A

Kursleitung: B. Nagler

Ort: Dinkelsbühl, „Krankenpflege - Schule“ vor dem Krankenhaus

Mittwoch: 19.00 Uhr und 20.25 Uhr

Donnerstag: 18.45 Uhr und 20.15 Uhr

Tel.:09857-975588

je Kurs 10 Einheiten

Entspannungskurs

Kursleitung: A. Müller

Ort: Schopfloch

Mittwoch: 18:00 Uhr

Tel.: 07951-964713

Kneipp-Wassergymnastik

Kursleitung: R. Hammerich

Freitag: 17.00 Uhr im Hallenbad

(Kursgebühren und nähere Informationen sind beim Übungsleiter zu erfragen!)

Tel.: 09851-554202

P R O G R A M M 2024

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, dass 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: DE5276591000000020958 BIC: GENODEF1DKV

PROGRAMM 2024

... das Beste für die Gesundheit

Der gesunde Lebensstil nach Kneipp zeichnet sich durch seinen ganzheitlichen Ansatz aus. Die Kombination der fünf Kneippschen Elemente Wasser, Ernährung, Bewegung, Heilpflanzen und (Lebens-) Ordnung macht es so wirkungsvoll. Kneipps umfangreiche Empfehlungen lassen sich einfach und effektiv in jeden Lebensalltag, egal ob groß oder klein, jung oder alt, reich oder arm, integrieren.

... traditionelles Wissen mit neuen Erkenntnissen

Sebastian Kneipp (1821 – 1897) sah den Menschen als Einheit aus Körper und Seele und war damit einer der Vordenker der modernen Mind-Body-Medizin. So wird sein Gesundheitskonzept stets auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse weiterentwickelt.

Kluge Menschen unserer schnelllebigen Gesellschaft haben erkannt, dass jeder selbst dafür verantwortlich ist, seine Gesundheit und Leistungsfähigkeit zu pflegen und zu erhalten. Wer von diesem Ziel überzeugt ist, jedoch nicht so recht weiß, wie er es umsetzen soll, der findet in der kneipp'schen Lehre alles, was dafür notwendig ist.

Mit wenig Aufwand, minimalen Kosten und einfacher Durchführung im Alltag wird optimales Wohlbefinden erzeugt. Genau das brauchen wir in einer Zeit, in der Gesundheit immer teurer wird.

Quelle: Münchner Merkur

P R O G R A M M 2024

Veranstaltungen 2024

- Sa: 13. April 17:00 Uhr Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen
Jugendherberge Dinkelsbühl, Koppengasse 10 Tel.: 5556417
- Sa: 20. April Begegnung mit/unter Bäumen
Frau Christine Tippl
- Mo: 01. Mai 15:00 Uhr Eröffnung der „Kneipp-Anlagen“
- Sa: 22.06. Jahresausflug ins Donautal (Besuch der 7 Kapellen am Wegesrand
(Besondere Orte der Ruhe)
- So: 30.06. Gemeinsame Wanderung mit befreundeten Kneippvereinen
(Weißenburg)
- Di: 16. Juli Kinderzechdienstag
„Zur Stillen Ecke“ Hutmacherstrasse 17:00 Uhr
- Sa: 15. Sept. Kneippen am Brombachsee
- Sa: 19. Okt. Schokolade -vielleicht eines der vielseitigsten Lebensmittel-
Herr Michael Reifenberger
- Sa: 09. Nov. Jahresabschlussfeier

Nähere Informationen zu den Veranstaltungen Tag, Ort und Uhrzeit siehe
Presse.
www.kneipp-verein-dinkelsbuehl.de

PROGRAMM 2024

