

Kneipp-Aktuell 9-10/2023

Information für Mitglieder und Freunde des Vereins

Geschäftsstelle / Kneipp-Büro
Böttcherstraße 3
34346 Hann. Münden

Bürozeit:
dienstags, 11.00 – 12.00 Uhr

Telefon: 05541 1825
E-Mail: info@kneipp-muenden.de

Mi., 6.9. – So., 10.9. | Fünftagesreise an den Lago Maggiore

Nun ist es bald soweit. Mit dem Reisebus geht es für fünf Tage an den schönen Lago Maggiore. Abfahrt ist um 5.15 Uhr an der Kalandstraße. Infos für die Teilnehmenden bei Helga Quentin, Tel. 05541 9094254.

Sa., 9.9. | Tanz und Zirkus beim Stadtteilfest in Neumünden

Eine bunte Zirkusshow mit mehreren tollen Nummern präsentiert der MiZi um 13 Uhr auf der Bühne des Neumündener Stadtteilfestes. Zuvor zeigen um 12 Uhr unsere ukrainischen Zirkuskinder eine traditionelle Tanzdarbietung. Außerdem lädt der MiZi während des Festes mit seiner Aktion „Zirkus zum Ausprobieren“ zum Mitmachen ein. Das Stadtteilfest finden von 10 bis 17 Uhr rund um das Haus der Nationen, Burckhardtstraße 60 (ehemaliges Vereinskrankenhaus), statt.

Neuer Kurs geplant | Wirbelsäulengymnastik (Di., 20 bis 21.30 Uhr)



Bild von ArtCoreStudios auf Pixabay

Wir planen, einen neuen Kurs Wirbelsäulengymnastik ins Leben zu rufen. Dieser soll dienstags um 20 bis 21.30 Uhr im Gymnastiksaal des Grotefend-Gymnasiums stattfinden. Kursgebühr pro Halbjahr: 45 € für Mitglieder, 60 € für Gäste. Der Kursleiter Ronald Jessen ist als Übungsleiter an der Sebastian-Kneipp-Akademie ausgebildet. Die Übungen sind unabhängig vom Fitnessstand und richten sich an Erwachsene und jung gebliebene Senioren. Sie beinhalten Mobilisations-, Dehnungs- und Kräftigungsübungen und sollen unspezifischen Rückenschmerzen vorbeugen. Infos und Anmeldung bei Ronald Jessen, Tel. 0176 14376778.



Mi., 18.10. – Sa., 28.10. | Ferienprogramm für Kinder

In den Herbstferien ist wieder ein Ferienprogramm des MiZi geplant (die Genehmigung für die Hallennutzung steht zurzeit noch aus). Alle Kinder, die in den Ferien Lust auf Akrobatik und gesunde Bewegung haben, können voraussichtlich mittwochs um 17 bis 19 Uhr und samstags um 10 bis 12 Uhr zu uns in die Sporthalle Werraweg kommen. Gäste sind herzlich willkommen. Die Teilnahme ist für alle kostenfrei. Infos und Anmeldung bei Karsten Rohlf, Tel. 05541 72226.

Geschäftsstelle / Kneipp-Büro

Böttcherstraße 3
34346 Hann. Münden

Bürozeit:
dienstags, 11.00 – 12.00 Uhr

Telefon: 05541 1825
E-Mail: info@kneipp-muenden.de

So., 29.10. – So., 5.11. | Wellness-Tage im Kneipp-Hotel Heikenberg



© Foto: Dieter Scheibe

In diesem Herbst organisieren wir wieder einen 8-tägigen Kuraufenthalt in dem wunderschönen *Kneipp-Bund Hotel Heikenberg* in Bad Lauterberg. Die Hin- und Rückfahrt erfolgt mit eigenen Pkws. Unsere Zimmerreservierungen sind bereits erfolgt. Infos für die Teilnehmenden bei Helga Quentin, Tel. 05541 9094254, oder im Kneipp-Büro.

So., 10.12. | Adventsfahrt ins Eichsfeld

Am 2. Advent fahren wir mit dem Bus nach Wüstheuterode zur Einkehr. Es gibt Thüringer Klöße, Rouladen mit Rotkohl und Salat. Nach dem Essen machen wir mit dem Wirt eine kleine Rundfahrt durch das Eichsfeld. Er wird uns allerhand Interessantes über die Gegend erzählen. Danach lädt uns er bei adventlicher Musik und Kerzenschein am Kaminfeuer zu Kaffee und Kuchen ein. Teilnahmegebühr: 45 € für Mitglieder, 50 € für Gäste – die Getränke zahlt jeder selbst. Infos und Anmeldung bei Helga Quentin, Tel. 05541 9094254, oder im Kneipp-Büro.

Bleiben Sie stets *aktiv & gesund.*

