



KNEIPP-VEREIN Immenstadt e.V.

Klosterplatz 6, 87509 Immenstadt

08323-4003 www.kneippverein-immenstadt.de

Vereinsmitteilungen September/November 2021

Liebe Immenstädter Kneippfreunde,

Wir hoffen, dass alle angekündigten Aktivitäten möglich bleiben!!!

Sollten Sie Anregungen oder Wünsche zum Kursangebot oder zu sonstigen Aktivitäten haben, würden wir uns darüber sehr freuen - neue Ideen sind jederzeit willkommen!

Spielenachmittag

Geselligkeit bei Kaffee und Kuchen und spielerisches Gedächtnistraining

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 13:30 Uhr,

weitere Termine werden beim jeweiligen Treffen besprochen

Treffpunkt: Stadt Café Immenstadt

Leitung: Gretl Pali, Tel.: 08323/1759

Pilates Gesundheitsgymnastik

Wieder ab Mo. 21.09.21, 9.00 Uhr im Ev. Gemeindehaus

Ganzjährig, außer in den Ferien

Leitung: Regine Minister Brunner, Tel. 08327/1275

Yoga

Eine ganzheitliche Übungstechnik, um Körper und Geist zu kräftigen und zu beruhigen.

Ab Mittwoch, 08.09.- 27.10.2021, 09:00 - 10:15 Uhr,

im Stubb's, Ecke Allee-/Schlossstr.

Wenn mögl. eigene Matte und Decke mitbringen - es gelten die 3-G Regeln!

Kursgebühr: 9 € - Kneippmitglieder 7 € je Einheit

Übungsleiterin: Christa Schneider, Tel. 08321/2560

Qigong: wieder ab 03.11.21

Nordic Walking

Einfach dabei sein - mit oder ohne Stöcke

Treffpunkt: immer am Dienstag, beim Fußballplatz am Auwaldsee um 18:00 Uhr

bis zur Zeitumstellung, danach wieder am Vormittag um 09:30 Uhr

Leitung: Monika Wander, Tel. 08323-8851

Radltour

Termin: Samstag, den 11.09.21, Treffpunkt: 10 Uhr beim Schulzentrum

Ziel: Oberstaufen mit Einkehr, Rückkehr: ca. 17 Uhr

Leitung: Thomas Renk, Anmeldung bitte bis spätestens 9.9.21 bei mir direkt unter 51367

Wanderungen

Liebe Wanderfreunde,

Immer noch hält uns Corona ein wenig in Atem. Aber mittlerweile sind wohl die meisten von uns geimpft. Und damit gelten viele mögliche Beschränkungen für uns nicht. Ungeimpfte können sich zudem testen lassen. Ein Restjahresprogramm zu entwerfen, dazu fehlt mir jedoch der „lange Atem“. So beschränke ich mich auf den September.

Ich biete 2 Wanderungen an: eine anstrengende, sehr ungewöhnliche, wenn es genügend Interessenten gibt. (ab 8 Teilnehmern) Und eine anregende, ebenfalls interessante, die für unser übliches Wanderteam gut machbar ist. Es gelten die 3-G Regeln!

Freitag, 03.09.2021

In der Schlucht der Bregenzerach, auf der Trasse des alten Wälderbähnles

Treffpunkt: 8:00, Parkplatz am Stadion

Mit dem Auto nach Bregenz Kennelbach. Durchs Fabrikgelände und 3,5 Stunden auf der Trasse des ehemaligen Bregenzerwälderbähnles bis Bolzenau. Hier Picknick im Flussbett. Von dort teilweise steil in 50 Min. hoch nach Buch. Über eine alte Verbindungsstraße und Waldpfade in gut 1 Std. zurück nach Kennelbach. Die Bahnlinie wurde 1983 wegen ständiger Murenabgänge von den steilen Schluchtwänden aufgelöst. Die Wanderung auf dieser alten Bahnstrecke ist ein einmaliges Erlebnis. Es geht durch 2 Tunnels, von denen eines immer noch offiziell gesperrt ist. Andererseits wurden leicht heikle Stellen entschärft und der Weg wird von Privatpersonen instandgehalten. Der ganze Weg ist ein beliebtes Wanderziel und mittlerweile auch behördlicherseits zumindest „geduldet“.

Reine Laufzeit: ca. 5,5 Std. ca. 200 HM, nicht gefährlich, aber Ausdauer erforderlich! Entscheidend ist die Ausdauer!

Freitag, 17.09.2021

Hausbachklamm und Enschenstein, oder Enschenstein und Rotachtal-Felsriese mitten im Wald. Die Routenwahl hängt davon ab, ob die Hausbachklamm geöffnet ist, weil es dort öfter mal Verwüstungen gibt.

Treffpunkt: 8:00, Parkplatz am Stadion

Mit dem Auto nach Weiler. Die interessante Hausbachklamm hoch bis nach Schnellers. Von dort durchs Naturschutzgebiet zum Naturdenkmal Enschenstein, einem Nagelfluhriesen mitten im Wald: Illyrische Felsenburg ca. 500 v. Chr., Fliehburg der Römer im 3. Jhdt. n.Chr. „Entschen“ war eine Bezeichnung für vorweltliche Riesen. Er kann in 10 Minuten bestiegen werden. Beeindruckender Felsabbruch! Von dort in 1 Std. oder 2 Std. zurück nach Weiler.

Reine Laufzeit: 4 (-6) Std. ca. 200 HM

Jahreshauptversammlung (Vorankündigung)

Voraussichtlich am 26.10.21 Mehr Information ab ca.20. September

Wer uns eine Mail-Adresse gegeben hat, bitte im Postfach nachschauen oder auf unserer Homepage: www.kneippverein-immenstadt.de

Allen anderen Mitgliedern wird die Einladung per Post zugestellt.

Wir grüßen Sie herzlich
Ihre Vorstandschaft

gez. Thomas Renck
1. Vorsitzender