



KNEIPP-VEREIN Immenstadt e.V.

Gnadenberg 5, 87509 Immenstadt

08323-51367 www.kneippverein-immenstadt.de

Vereinsmitteilungen Mai/Juni 2025

Liebe Mitglieder des Immenstädter Kneippvereins!

wer sich durch Überweisung für den Ausflug angemeldet hat, soll sich bitte zusätzlich noch bei Thomas Renck melden wegen besserer Übersicht über die Teilnehmerzahl. renck-immenstadt@web.de oder 08323-51367

Spielenachmittag

Geselligkeit bei Kaffee und Kuchen und spielerisches Gedächtnistraining
Jeden Mittwoch, 13:30 Uhr, Treffpunkt: Stadt Café Immenstadt
Leitung: Gretl Pali, Tel.: 08323/1759

Pilates Gesundheitsgymnastik

Montags 9.00 - 10:00 Uhr im Ev. Gemeindehaus
Kursgebühr: 8 €, Kneippmitglieder 6 €, Ganzjährig, außer in den Ferien
Leitung: Regine Minister-Brunner, Tel. 08327/1275

Nordic Walking

Einfach dabei sein - mit oder ohne Stöcke.

Treffpunkt: immer am Dienstag, beim Fußballplatz am Auwaldsee,
um 18 Uhr bei trockenem Wetter. Leitung. Monika Wander, Tel. 08323-8851

Qigong im Park

Langsame Bewegungen, die den Kreislauf regulieren und Muskelverspannungen lösen.
Ab Donnerstag, 26. Juni, 08:30 - 09:30 Uhr, im Auwald, bei schlechtem Wetter im Stubbs.
Treffpunkt: Am Kneippbecken vorbei Richtung Parkplätze, auf der Wiese bei den Fußballtoren.
„Herz-Qigong“ 8 Einheiten. Kursgebühr: 7 € - Kneippmitglieder 5 € je Einheit (im Stubbs 7 u. 9 €)
Übungsleiter: Bernhard Schneider, Tel. 08321/2560

Yoga-Termine wieder im September

Wanderungen/Ausflüge (April), Mai, Juni

Freitag, 02.05.2025 (war am 25. April geplant)

Im Halbkreis um Lindenberg und dann zurück ins Zentrum.

Waldsee, Aussichtspunkt Ratzenberg, Einkehr, kleine Stadtführung.

Treffpunkt: 8:30, Parkplatz hinterm Hofgarten. Mit dem Auto zum Parkplatz Waldsee.

Um den See, dann sanft hoch nach Ratzenberg mit weiten Blicken in sämtliche Himmelsrichtungen. Über sanfte Höhen an den 3 Eichen vorbei zum abrissgeweihten Lindenberger Krankenhaus und hinab ins Stadtzentrum mit Einkehr im Bayrischen Hof (mit Mittagstisch). Anschließend kleine Stadtführung durch diese eigenartige Stadt und zurück zum Waldsee. Hier Möglichkeit zu Kaffee und Kuchen und zurück zum Parkplatz. Reine Laufzeit insgesamt: ca. 3,5 Std. An- und Abstieg: ca. 100 HM.

Freitag, 23.05.2025

Und nochmal ein Halbkreis; diesmal um Fischen

Das war mal vor vielen Jahren eine Winterwanderung.

Treffpunkt: 8:30, Parkplatz hinterm ehemaligen Hofgarten

Mit dem Auto zum P&R im Süden von Fischen. Unter der B19 durch, vorbei an Maderhalm nach Oberdorf. Hinab zur Kreisstraße, diese überquerend nun entlang der Weilerach. Je nach Zeit, entweder über Berg oder über Weiler zurück nach Fischen und Einkehr im Leonardo Da Vinci (mit Mittagstisch). Wir sind für 15 Uhr in der Salzgrotte angemeldet. Ich bitte deswegen dringend um Anmeldungen bis Mittwoch! In der Grotte sind weiße Socken Bedingung! Außerdem gibt es auch noch hübsche Räumlichkeiten zu bewundern, mitsamt Café und einem ansprechenden Shop.

Reine Laufzeit: ca. 3,5 Std. An- und Abstieg: ca. 100 HM

Freitag, 20.06.2025

Zwischen Ober- und Ostallgäu: Oberzollhaus - Schwarzenberg - Oy

8 Kilometer schöne Ausblicke mit einem Moorweiher als Dreingabe

Treffpunkt: 8:30 Parkplatz hinterm ehemaligen Hofgarten. Mit dem Auto nach Oberzollhaus. Von hier auf Sträßchen durch freies Wiesen- und Hochmoorgelände nach Oberschwarzenberg. Herrliche Ausblicke! Über Unterschwarzenberg zum

Schwarzenberger Weiher (mit Bademöglichkeit!). Wirtschaftswege und Steige bringen uns zurück nach Oberzollhaus. HALT! Hab ich nicht was Wichtiges vergessen?

Die Einkehr ... aber die wird immer schwieriger, weil viele Gaststätten erst gegen Abend öffnen. Deswegen kehre ich zurück zu den Anfängen der Kneippwanderungen; da nämlich war gemeinsames Picknick die Regel. Außerdem können wir zum Schluss noch einen Abstecher ins Café Gebath in Oy machen. Dort gibt es viele Köstlichkeiten.

Reine Laufzeit: ca. 3,5 Std. An- und Abstieg: ca. 100 HM

Liebe Wanderfreunde. Diese Wandervorschläge sind leider ohne Gewähr, da sie von meiner körperlichen Verfassung abhängig sind.

Lieben Gruß - Reinhard und Anne-Marie

Thomas Renck,
1. Vorsitzender

Monika Wander,
2. Vorsitzende