



KNEIPP-VEREIN Immenstadt e.V.

Klosterplatz 6, 87509 Immenstadt

08323-4003 www.kneippverein-immenstadt.de

Vereinsmitteilungen Mai /Juni 2022

Liebe Immenstädter Kneippfreunde,

Ab der nächsten Ausgabe von Kneippjournal und Rundschreiben wird die Verteilung neu organisiert. Das heißt, Mitgliedern außerhalb des Stadtgebiets von Immenstadt wird das Journal per Post zugestellt und das Rundschreiben erhalten Sie per E-Mail. Wer keine Mailadresse hat bekommt es weiterhin mit dem Heft oder per Post. Wenn Sie inzwischen eine Mailadresse haben, oder das RS an ein Familienmitglied, Freunde oder Nachbarn geschickt werden kann, teilen Sie uns die Adresse bitte bis Ende Mai mit an: m.altfuldisch@gmx.de Ebenso, wenn sich die Post- oder Mailadresse geändert hat. Das spart auch Papier und Kosten.

Bei der Jahreshauptversammlung wurde der Vorstand neu gewählt.

1.Vorsitzender: Thomas Renk, 2.Vorsitzende: Monika Wander

Schriftführerin: Maria Altfuldisch, KassiererIn: Karin Richter

Die Beisitzer Reinhard und Annemarie Glassl, Christina Klug, Christl Neumann, Gretl Pali, Ilse Lichtensteiger, waren alle bereit ihr Amt weiterhin auszuüben

Beitragserhöhung

Der Jahresmitgliederbeitrag hat sich seit mehr als 20 Jahren nicht verändert.

Deshalb wurde nun, nach Ankündigung im Einladungsschreiben eine moderate

Erhöhung beschlossen. Bisheriger Einzelbeitrag: 24,00 € neu: 30,00 €

Familienbeitrag: 30,00 € neu: 40,00 €

Die Erhöhung tritt mit sofortiger Wirkung in Kraft und wurde von den anwesenden Mitgliedern einstimmig angenommen.

Spielenachmittag

Geselligkeit bei Kaffee und Kuchen und spielerisches Gedächtnistraining

Jeden Mittwoch, 13:30 Uhr, Treffpunkt: Stadt Café Immenstadt

(Pause bis Mitte Mai) 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

Kräuterwanderung

Kleine Kräuterexkursion mit Christl Neumann am Donnerstag, 19.05.

Treffpunkt um 15 Uhr beim Literaturhaus

Waldbaden

Der Waldausflug als Achtsamkeitsübung in Gunzesried mit Christa Schneider.

Mit allen Sinnen „Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes“.

Montag, 27. Juni 2022 um 15.00 bis 18.30 Uhr Treffpunkt: wegen Fahrgemeinschaften um 14:30 Uhr beim Stadion, (wie bei Wanderungen) Anmeldung unter 08323/8851

Qigong im Park

Langsame Bewegungen, die den Kreislauf regulieren und Muskelverspannungen lösen.

Ab Mittwoch, 11.05.–27.07.2022, 08:30 – 09:30 Uhr, im Auwald, bei schlechtem Wetter im Stubbs.

„Muskelstärkendes Qigong“ 13 Einheiten. Kusbüher: 9 € - Kneippmitglieder 7 € je Einheit

Übungsleiter: Bernhard Schneider, Tel. 08321/2560

Nordic Walking

Einfach dabei sein - mit oder ohne Stöcke

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

Wanderungen

Freitag, 20.05.2022

Eine kleine Grünten-Runde, Der Frühlingsflora auf der Spur

Treffpunkt: 8:30, Parkplatz am Stadion. Mit dem Auto zum Parkplatz Kammeregg.

Auf der westlichen Geländerippe mit interessanter Flora bergan, mit abschließendem Linksschwenk zur Grüntenalpe. Von hier zunächst auf dem östlichen Höhenrücken, später nordwärts abbiegend zum Wirtshaus Kranzegg mit Einkehr. Über Alpwege und Steige zurück zur Alpe Kammeregg und zum Parkplatz.

Reine Laufzeit: ca. 4 Std. ↗↘ ca. 400 HM

Freitag, 17.06.2022

Rund um die Alpspitze. Alpspitze - Edelsberg - und dann geradewegs ins Hölloch

Vorher aber gibt es Brotzeit!

Treffpunkt: 8:30, Parkplatz am Stadion.

Mit dem Auto nach Nesselwang, Parkplatz Alpspitzbahn.

Auffahrt mit der Bahn. Wer will: Kurzer Aufstieg zur Alpspitze. Danach hinüber zum Edelsberg und nach Pause bequem zur Kappeler Alp mit Einkehr. Wenn es die Witterung zulässt, über die Hölloch-Schlucht nach Kappel und über Panoramaweg nach Nesselwang. Alternativ gibt es auch einen Wiesenweg nach Kappel. Und nochmals alternativ kann man über die Wallfahrtskirche Maria Trost direkt nach Nesselwang absteigen.

Reine Laufzeit: 3,5 - 5,0 Std. ↗ ca. 100 HM ↘ ca. 700 HM

Wir grüßen Sie herzlich
Ihre Vorstandschaft

gez. Thomas Renck
1. Vorsitzend