



# KNEIPP-VEREIN Immenstadt e.V.

Gnadenberg 5, 87509 Immenstadt

08323-51367 [www.kneippverein-immenstadt.de](http://www.kneippverein-immenstadt.de)

## Vereinsmitteilungen Mai/Juni 2024

Liebe Mitglieder des Immenstädter Kneippvereins,  
hier kommt das Programm für die nächsten zwei Monate.

### 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, 6. 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.  
„Muskelstärkendes Qigong“ 10 Einheiten. Kursgebühr: 7 € - Kneippmitglieder 5 € je Einheit  
Übungsleiter: Bernhard Schneider, Tel. 08321/2560

## Yoga

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

Neue Termine wieder im September.

Übungsleiterin: Christa Schneider

## Ausflug zur Gartenschau nach Wangen

Am Mittwoch, 8. Mai für alle die sich angemeldet haben.

Mit HBU-Busreisen zur Gartenschau nach Wangen.

Abfahrt: 9 Uhr am Bahnhof, Rückkehr ca. 16 Uhr

## Kräuterwanderung

Wer Interesse hat, kommt bitte am 25. Juni zum Busbahnhof in Immenstadt.

Wir fahren mit dem Bus (Abfahrt um 9:45 Uhr) bis Ratholz und wandern dann

Richtung Schneidbergalpe. Wenn die Alpe geöffnet ist, kehren wir dort ein.

Sonst suchen wir uns eine Alternative zur Pause. Rückfahrt wieder mit dem Bus.

Wer Lust hat und gut zu Fuß ist, kann auch zurücklaufen.

Das sind die Tage zwischen Sommersonnenwende und Siebenschläfer und eine gute Zeit um noch viele Kräuter und Pflanzen am Wegesrand zu finden.

Leitung: Christl Neumann - Anmeldung nicht erforderlich

Liebe Wanderfreunde,

Voraussichtlich finden in der nächsten Zeit keine Wandertage statt. Deshalb sind wir auf der Suche: Wer hat Zeit und Lust wenigstens ab und zu eine Wanderung zu organisieren. Gerne auch nur Halbtags und in näherer Umgebung. Über eine (oder auch mehrere) Rückmeldung/en würden wir uns sehr freuen.

Kontakt unter Tel. 08323-6999 oder [m.altfuldisch@gmx.de](mailto:m.altfuldisch@gmx.de)

Sollte sich wieder was ergeben, erscheint es an dieser Stelle im Rundschreiben. Bitte auch die Wander-Rundmail beachten oder auf der Homepage nachschauen.

[www.kneippverein-immenstadt.de](http://www.kneippverein-immenstadt.de)

Evtl. auch bei privaten Kontakten nachfragen.

Thomas Renck  
1. Vorsitzender

Monika Wander  
2. Vorsitzende