



**KNEIPP-VEREIN Immenstadt e.V.**

Klosterplatz 6, 87509 Immenstadt

08323-4003 [www.kneippverein-immenstadt.de](http://www.kneippverein-immenstadt.de)

## **Vereinsmitteilungen Juli/August 2022**

**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 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**

### **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.**

**Neuer Treffpunkt: Am Kneippbecken vorbei Richtung Parkplätze,**

**auf der Wiese bei den Fußballtoren**

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

**Übungsleiter: Bernhard Schneider, Tel. 08321/2560**

### **Nordic Walking**

**Einfach dabei sein - mit oder ohne Stöcke**

**Treffpunkt: immer am Dienstag, (wenn es nicht regnet)**

**beim Fußballplatz am Auwaldsee, um 18 Uhr**

**Leitung: Monika Wander, Tel. 08323-8851**

## Kleine Kräuterwanderung

Am Mittwoch, 10. August mit Christl Neumann

Treffpunkt: um 10 Uhr beim Kneippbecken im Auwald.

Sie zeigt uns, was dort und in näherer Umgebung alles zu finden ist  
für einen schönen Kräuterbuschen

## Wanderungen

Nachdem es den Glücksfall des 9 EUR - Tickets gibt, habe ich mir gedacht, wir bauen mal kräftig den ÖPNV mit ein.

Freitag, 22.07.2022:

Durch den Wertacher „Großen Wald“ nach Burgberg

Auf überwiegend schattigen Forststraßen der Hitze ein Schnippchen schlagen.

Abfahrt mit dem Bus. Busbahnhof: 8:30; SF Straße Opel: 8:32.

Ausstieg P „Großer Wald: 8:56.

Wir verfolgen heute eine Etappe des E4, des Maximilianweges und des Weitwanderweges Augsburg - SF (blaues Andreaskreuz). Nach einem Kinderspielplatz mit Bananenpause kommen wir zur Dreiangelhütte. Wenn wir schon Lust haben: Einkehr. Danach auf dem E4 nach Winkel und Burgberg. Wenn uns das zu früh ist, wechseln wir das Alpsträßchen und kehren im Gasthof „Alpenblick“ ein und wandern von hier hinab nach Burgberg. Von dort lassen wir uns in beiden Fällen mit dem Ringbus zurück nach Immenstadt kutschieren.

Freitag, 19.08.2022:

Von Hergatz durchs Laiblachtal gen Lindau

Mit Jakobs-Pilger-Feeling am Grenzfluss entlang

Abfahrt mit dem Zug um 8:57, Ankunft Hergatz: 9:28.

Zunächst am Degermoos entlang nach Hergensweiler, wo es eine feine Pizzeria gäbe; aber dazu ist es noch zu früh am Tag. Deswegen queren wir hinüber ins Tal der Laiblach, der wir nun beständig folgen. Zwischendurch machen wir eine kleine Brotzeit, denn die nächste Einkehrmöglichkeit ist erst wieder in Diezlings. Danach weiter an der Laiblach bis zum alten Grenzübergang. Und wenn uns das Latschen an der Hauptstraße zu blöd ist, nehmen wir den Bus bis Lindau Reutin. Von hier mit dem Zug zurück nach Immenstadt.

Reine Laufzeit: 4,5 - 5 Std., keine Steigungen.

Vorschau: Yoga wieder ab Mittwoch, 21. September

Wir grüßen Sie herzlich  
Ihre Vorstandschaft

gez. Thomas Renck  
1. Vorsitzend