



Veranstaltungen 1.HJ. 2024

Neu - Bauchselbstmassage – unter Anleitung von Sylvia Flettner-Mayer.

Termin 1 am Dienstag, den 30.01. von 18.30 bis 20.00 Uhr

Termin 2 am Donnerstag, den 29.02. von 19.00 bis 20.30 Uhr im Gesundheitszentrum der St. Antonius-Apotheke, Bahnhofstraße 13b, 1. Stock in Rednitzhembach. Gebühr 12 € MG, 15 € NM. Materialkosten für das Massageöl € 3. Max. 10 TN.

Anmeldung per Mail unter: sylvia.flettner-mayer@t-online.de oder ☎09122/690712

Duftmeditation in der lichtarmen Zeit – ein Abend zum Auftanken mit Sylvia

Flettner-Mayer am Donnerstag, den 01.02. von 18.30 bis 19.45 Uhr im Gesundheitszentrum der St. Antonius-Apotheke, Bahnhofstraße 13b, 1. Stock in Rednitzhembach. Max. 10 TN. Gebühr 12 € MG, 15 € NM. Materialkosten € 3 für das Öl. Anmeldung per Mail unter: sylvia.flettner-mayer@t-online.de oder

☎09122/690712

Kneippwickel „Warte nicht – wickle Dich gesund“ mit Heike Sebald am Donnerstag,

den 11. April von 19.00 bis 21.00 Uhr im Gesundheitszentrum der St. Antonius-Apotheke, Bahnhofstraße 13b, 1. Stock in Rednitzhembach. Max. 6 TN. Gebühr 20 € MG, 25 € NM. Anmeldung/Info per Mail unter: mail@heikesebald.de oder

☎09122/833164

Tageswanderung mit dem Ziel Weißenohe und Lillachquelle am Freitag, den 03. Mai mit Gisela Lehner. Anmeldung/Info unter ☎09183/2375988 oder per Mail unter:

gisela1.lehner@online.de

Kräuterwanderung mit Picknick und Workshop mit Katja Lerch am Sonntag, den 05.

Mai von 10.00 bis 14.00 Uhr. Gebühr 30 € MG, 35 € NM, sowie 10 € für Material.

Mindestteilnehmer 8, Max. 15 TN. Anmeldung/Info bei Heike unter ☎09122/833164 oder per Mail unter: mail@heikesebald.de

7. Seniorentag am Samstag, den 11. Mai im Evangelischen Haus. Nähere Infos folgen

Tagesfahrt nach Kempten und zur Rapunzel Welt mit Matthias am Donnerstag, den 16. Mai. Anmeldung unter ☎0911/6327094 oder per Mail: ms.huebner@t-online.de

Ankneippen und Begrüßung der Neumitglieder mit gesunder Brotzeit am Samstag, den 18. Mai um 14.30 Uhr auf dem Kneipp-Gelände. Anmeldung/Info ☎09122/72850 oder ☎0911/6327094

5-Tagesfahrt nach Kärnten vom 09. bis 13. Juni 2023 mit Matthias. Nähere Informationen auf unserer Homepage. Anmeldung/Info ☎0911/6327094 oder per Mail unter: ms.huebner@t-online.de

Hinterhoftag am Sonntag, den 16. Juni ab 13.00 Uhr mit zahlreichen Kneipp-Aktivitäten. Nähere Infos folgen

Familihtag – Kneipptag mit den Kindern / Enkel am Samstag, den 29.06. von 16.00 bis 19.00 Uhr mit Wassertreten, Armbad, Barfußlaufen, Spiel. Spaß und Springen auf dem Kneipp-Gelände mit gesunder Kneipp-Brotzeit und Kneipp-Tee. Anmeldung bei Heike Sebold per Mail unter: mail@heikesebold.de oder ☎09122/833164. Spenden erbeten

Neu: Seniorenaktivitäten

In 2024 wird es wieder Angebote für unsere älteren und ältesten Mitglieder geben. Wir starten am Donnerstag, den 18. Januar von 14.00 bis 16.00 Uhr im Haus der Begegnungen, Auf der Aich 1-3. Der Raum ist barrierefrei und im Erdgeschoss gelegen. Für kalte und heiße Getränke ist gesorgt. Das erste Treffen steht unter dem Motto „Heiter ins neue Jahr“ bei dem es Humorvolles zu hören gibt. Vor allem aber bleibt uns genügend Zeit zum Austausch darüber, was wir uns an weiteren Programmpunkten wünschen. Ansprechpartnerin ist unser Mitglied Doris Reinecke ☎0162/2131751 oder per Mail unter: dorisreinecke57@gmail.com
Wir freuen uns auf euer Kommen.

Vorschau 2. HJ. 2024

Wohlfühlwoche in Bad Wörishofen vom 12. bis. 19.Juli. Anmeldung/Info bei Gisela Lehner per Mail unter: gisela.1lehner@online.de oder ☎ 09183/2375988 oder 0170/8945290

Sommerfest am Samstag, den 27. Juli auf dem Kneipp-Gelände. Nähere Infos folgen

Start in die Ferien am Freitag, 02. August: Kräutermärchen, Sommerpunsch und gesunde Snacks mit Heike und Sylvia

Jahreshauptversammlung am Samstag, den 12. Oktober in der Arche von St. Sebold

Augentraining auf dem Kneipp-Gelände mit Sylvia Flettner-Mayer

Duftmeditation am Abend auf dem Kneipp-Gelände mit Sylvia Flettner-Mayer

Erlebnisvortrag „Aktiv-Tour 2023“ mit Heike Gödecke

Sizilien – eine magische Insel im Mittelmeer- digitaler Vortrag von Matthias

Erste-Hilfe-Kurs mit den Maltesern auf dem Kneipp-Gelände