



Bitte beachten: Alle Angebote und Termine sind derzeit unter Vorbehalt. Wegen Covid-19 ist aktuell keine sichere Planung möglich. Weitergehende Informationen unter www.kneippverein-schwabach.de, bei den jeweiligen Übungsleiterinnen, im Schwabacher Tagblatt unter der Pinnwand und im Schaukasten.



Geplantes Programm von September 2022 bis Juli 2023

Wirbelsäulengymnastik in der Halle mit Heike Sebald immer mittwochs (außer in den Ferien) in der Hans-Peter-Ruf-Schule, Waikersreuther Straße 11A/13 vom 28.09. bis 14.12. (11x). Gruppe 1 von 16.15 bis 17.15 Uhr, Gruppe 2 von 17.30 bis 18.30 Uhr und Gruppe 3 von 18.45 bis 19.45 Uhr. Gebühr **30 € MG / 40 € NM**. Anmeldung/Info ☎09122/833164 oder per Mail unter: mail@heikesebald.de

Wirbelsäulengymnastik in den Sommermonaten mit Heike immer mittwochs auf dem Kneipp-Gelände. Weitere Infos folgen. Gruppe 1 von 16.30 bis 17.30 Uhr, Gruppe 2 von 17.45 bis 18.45 Uhr und Gruppe 3 von 19.00 bis 20.00 Uhr. Gebühr € MG / € NM. Anmeldung/Info ☎09122/833164 oder per Mail unter: mail@heikesebald.de

Smovey-Walk am Abend mit Heike Sebald immer dienstags am 13.09. und 20.09.2022 von 18.30 bis 20.00 Uhr. Treffpunkt Wanderparkplatz Leitelhofer Weg (Trimm Dich Pfad). Im Oktober und November laufen wir solange es das Wetter erlaubt (nicht bei Eis und Schnee). Treffpunkt am Parkplatz Reichswaisenhausstraße. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Anmeldung/Info ☎09122/833164 oder per Mail unter: mail@heikesebald.de

Smovey-Walk- Schnuppertraining mit Heike am 22.03.2023 von 16.00 bis 17.00 Uhr am Kneipp-Gelände. Anmeldung/Info ☎09122/833164 oder per Mail unter: mail@heikesebald.de

Smovey-Walk am Abend mit Heike ab dem 23.03. 2023 um 18.00 Uhr. Sollte das Wetter nicht mitspielen, so beginnt das Training erst am 18.04. Treffpunkt Wanderparkplatz Leitelhofer Weg (Trimm Dich Pfad). Anmeldung/Info ☎09122/833164 oder per Mail unter: mail@heikesebald.de

Fit durch Bewegung mit Lou Reitter immer montags (außer in den Ferien) 10.00 bis 11.00 Uhr beim TV1848, Gebühr **3 € MG / 4 € NMG** pro Einheit, Anmeldung/Info ☎09122/5124 oder per Mail unter: lougym@googlemail.com

Sonntagswanderer „flott“ jeden letzten Sonntag im Monat mit Lou Reitter. NM mit Spende. Anmeldung/Info ☎09122/5124 oder per Mail unter: lougym@googlemail.com

Sonntagswanderer mit Kultur- und Naturstopp jeden 3. Sonntag im Monat. Anmeldung/Info bei Anne Mengeler, ☎09122/2797 oder per Mail unter: anne.mengeler@gmail.com

Qi-Gong mit Christine Keuth entfällt bis auf Weiteres. Info ☎09122/13462 oder per Mail unter: christinekeuth@aol.com

Yoga mit Saskia auf dem Kneipp-Gelände. Zeitnahe Informationen folgen. saskia@sonnengelb-himmelblau.de

Zumba mit Carina montags von 18.45 bis 19.45 Uhr auf dem Kneipp-Gelände bis zum 10.10.2022. Max. 10 TN.(6x). Gebühr **32 €** MG / **42 €** NM. Anmeldung/Info ☎0176/61471634 oder per Mail unter: astca10@gmail.com

Zumba in den Wintermonaten mit Carina dienstags von 19.30 bis 20.30 Uhr in der Physiopraxis von Flo Übler, Am Kiefernschlag 14 a, Schwabach vom 18.10. 2022 (6x). Max. 10 TN. Gebühr **32 €** MG / **42 €** NM. Anmeldung/Info ☎0176/61471634 oder per Mail unter: astca10@gmail.com

Körper in Balance mit Manuela montags von 16.15 bis 17.15 Uhr auf dem Kneipp-Gelände bis 26.09. (6x). Max. 10 TN. Gebühr **32 €** MG / **42 €** NM. Anmeldung/Info ☎01573/1076640 oder ☎09122/1854316 oder per Mail unter. info@raab-heilpraktikerin.de

Körper in Balance in den Wintermonaten mit Manuela montags von 16.15 bis 17.15 Uhr in der Physiopraxis von Flo Übler, Am Kiefernschlag 14 a, Schwabach vom 10.10 2022 (6x). Max. 10 TN. Gebühr **32 €** MG / **42 €** NM. Anmeldung/Info ☎01573/1076640 oder per Mail unter: info@raab-heilpraktikerin.de

Body Fit mit Manuela montags von 17.30 bis 18.30 Uhr auf dem Kneipp-Gelände bis 26.09. (6x). Max. 10 TN. Gebühr **32 €** MG / **42 €** NM. Anmeldung/Info ☎01573/1076640 oder ☎09122/1854316 oder per Mail unter: info@raab-heilpraktikerin.de

Body Fit in den Wintermonaten mit Manuela montags von 17.30 bis 18.30 Uhr in der Physiopraxis von Flo Übler, Am Kiefernschlag 14 a, Schwabach vom 10.10. 2022 (6x) Max. 10 TN. Gebühr **32 €** MG / **42 €** NM. Anmeldung/Info ☎01573/1076640 oder per Mail unter: info@raab-heilpraktikerin.de

Bauchtraining mit Manuela dienstags von 18.00 bis 18.45Uhr auf dem Kneipp-Gelände bis 27.09. (6x). Max. 10 TN. Gebühr **24 €** MG / **36 €** NM. Anmeldung/Info ☎01573/1076640 oder ☎09122/1854316 oder per Mail unter: info@raab-heilpraktikerin.de

Bauchtraining in den Wintermonaten mit Manuela dienstags von 18.00 bis 18.45 Uhr in der Physiopraxis von Flo Übler, Am Kiefernschlag 14 a, Schwabach vom 11.10.2022 (6x). Max. 10 TN. Gebühr **24 €** MG / **36 €** NM. Anmeldung/Info ☎01573/1076640 oder per Mail unter: info@raab-heilpraktikerin.de

Neu - Dehnen und Entspannen mit Manuela dienstags von 18.45 bis 19.30 Uhr in der Physiopraxis von Flo Übler, Am Kiefernschlag 14 a, Schwabach vom 11.10. (6x). Max. 10 TN. Gebühr **24 €** MG / **36 €** NM. Anmeldung/Info ☎01573/1076640 oder ☎09122/1854316 oder per Mail unter: info@raab-heilpraktikerin.de

Faszien Training mit Sonja Bianca Maier. Geplant für Juli/August 2023. Info ☎09128/3635 oder per Mail unter: sonjamaier1@gmx.de

Spätsommerliche Wanderung rund um Neumarkt mit Gisela Lehner am Freitag, den 23..09. 2022. Anmeldung/Infos unter ☎09183/2375988 oder per Mail unter: gisela1.lehner@online.de

Tagesfahrt nach Würzburg und Veitshöchheim am Donnerstag, den 15.09.2022.
Anmeldung/Info ☎0911/6327094 oder per Mail unter: ms.huebner@t-online.de

Abkneipen mit gesunder Brotzeit am Samstag, den 17.09. um 12.00 Uhr auf dem Kneipp-Gelände. Diverse Kaltgetränke sind vorhanden. Spenden sind gewünscht

Vorweihnachtlicher Nachmittag auf dem Kneipp-Gelände am Samstag, den 17.12. um 16.00 Uhr mit Glühwein und allerlei weihnachtlichen Leckereien. Weitere Infos folgen. Anmeldung erbeten. Spenden sind willkommen

5-Tagesfahrt in den Südschwarzwald, die Vogesen, das Elsass und Basel/Schweiz vom 11. bis 16. Juni 2023 mit Matthias. Nähere Info auf unserer Homepage. Anmeldung/Info ☎0911/6327094 oder per Mail unter: ms.huebner@t-online.de.

Sizilien - Magische Insel im Mittelmeer ein digitaler Reisebericht von und mit Matthias Hübner - geplant für Herbst 2023

Tagesfahrt nach Ellwangen mit Matthias am Donnerstag, den 11. Mai 2023. Ausschreibung folgt zeitnah. Anmeldung/Info ☎0911/6327094 oder per Mail unter: ms.huebner@t-online.de

Wohlfühlwoche in Bad Wörishofen vom 17. bis 24.08.2023. Anmeldung/Info bei Hanne Stallwitz ☎09122/82829 oder Justi Kraus ☎09122/76165

Literaturnachmittage mit Dorothee Lischke entfallen

Führung in der Schwabacher Stadtkirche mit unserem Mitglied Reinhard Klix am Montag, den 12. Dezember 2022 um 15.30 Uhr. Teilnahmegebühr € 5.- Nähere Infos folgen.
Anmeldung bei Matthias ☎0911/6327094 oder per Mail unter: ms.huebner@t-online.de

Ankneipen und Begrüßung der Neumitglieder mit gesunder Brotzeit geplant für Samstag, den 13. Mai 2023 um 14.30 Uhr auf dem Kneipp-Gelände. Nähere Infos folgen

Unser Kneipp-Verein wird 100 Jahre mit Feierlichkeiten am Samstag, den 15. Juli 2023 um 11.00 Uhr im 1.OG vom Bürgerbaus, sowie einem Empfang mit Imbiss im Foyer (EG) des Bürgerhauses.

Sommerfest im Zuge der 100-Jahrfeier am Nachmittag des 15.07.2023 auf dem Kneipp-Gelände. Nähere Infos folgen

Work-Shop Kneippsche Lehre mit Dr. Gudrun Madre - im Frühsommer 2023 - geplant

In diesem Sinne wünscht euch der Vorstand für die kommenden Wochen und Monate viel Gesundheit und ordentlichen Spaß bei den vielfältigen Aktivitäten

