

Neu

Faszientraining

eine Trainingsmethode für Faszien mit der Gesundheitstrainerin Sonja Bianca Maier am Mittwoch, den 01., 08. + 22. August von 18.30 - 19.30 Uhr auf dem Kneipp-Gelände. Info/Anmeldung bei Matthias Hübner ☎0911/6327094, oder bei Sonja Maier ☎09128/3635 Gebühr pro Einheit für: Mitglieder €5.- für Nichtmitglieder €6.-

Neu

Freizeit-Kugelspiel

Wir spielen Boule, auch bekannt als Boccia auf der Anlage am Ostanger. Witterungsabhängig von Anfang Juli bis Ende September alle 14 Tage von 16.00 bis 18.00 Uhr. Nähere Informationen bei Anne Mengeler ☎09122/2797. Anschließend gemütliches Beisammensein in Hörauf's Biergarten

Smovey-walk am Abend mit Heike Sebald, jeweils dienstags von 19.00 bis 20.30 Uhr bis Mitte Oktober. Treffpunkt am Kneipp-Gelände *(nicht in den Sommerferien)*

Info/Anmeldung ☎09122/833164

Qi- Gong

mit Christine Keuth, donnerstags von 08.00-09.00 Uhr auf dem Kneipp-Gelände bis spätestens 27. September. Gebühr pro Einheit für: Mitglieder €3.-, Nichtmitglieder €5.-



Park Apotheke Schwabach
Hindenburgstr. 30
Tel 09122-13132 • Fax 09122-837363
Mail: info@park-ape.com
www.park-ape.com
Mo-Fr 8:00 - 18:30 • Sa 8:00 - 13:00

Individuelle Naturheilmittel:
Homöopathie • Schüssler Salze
Traditionelle chinesische Rezeptur
Spagyrik • Bachblüten
Orthomolekulare Beratung



Besuchen Sie uns auch im Internet unter:
www.kneippverein-schwabach.de

Kneipp-Verein Schwabach e.V.

1. Vorsitzender Matthias Hübner
Gubener Straße 51
90453 Nürnberg
☎0911/6327094

Ansprechpartner:

Gisela Lehner ☎09183/2375988
Elke Graßer ☎09122/4152

Bankverbindung:

IBAN DE32 7645 0000 0000 0614 57
SWIFT-BIC BYLADEM1SRS



Sport und Bewegung



2. Halbjahr 2018

Gemeinsam – statt einsam

Sonntagswanderer „flott“

jeden letzten Sonntag im Monat ab 11.00 Uhr
Treffpunkt nach Absprache. Gesamtwegzeit
ca. 4 Stunden; gemeinsames Mittagessen
Info: Lou Reitter ☎ 09122/5124

Sonntagswanderer

mit Kultur- und Naturstopp

jeden 3. Sonntag im Monat ab 11.00 Uhr .
Treffpunkt nach Absprache. Gesamtwegzeit
ca. 2 Stunden. Gemeinsames Mittagessen.
Info: Helga Küffner ☎ 09122/85393 oder
Anne Mengeler ☎ 09122/2797

Sonntagswanderer „gemütlich“

jeweils sonntags.
Info: Anneliese Maier ☎ 09122/4748
Eleonore Glaser ☎ 09122/1894066

Tanzen „50 plus“

für allein stehende Frauen und Männer und
Paare, mit Renate Binder. Jeden Dienstag von
09.00 –11.00 Uhr im Emmaushaus,
Klinggraben 18.
Info: Irene Geissler ☎ 09122/3781

**Beim Kneipp-Verein Schwabach
unterrichten nur ausgebildete, geprüfte
und zertifizierte Übungsleiterinnen.**

Fit durch Bewegung

mit Lou Reitter
jeden Montag von 10.00 –11.00 Uhr;
ganzjährig **(außer in den Ferien)**
bei TV 1848, Jahnstraße.
Mitglieder pro Std. €2,50 Nichtmitglieder €3,50

Seniorengymnastik

mit Ingrid Ittner-Wolkersdorfer freitags von
15.15-16.15 Uhr in der Luitpoldschule,
Schillerplatz; ganzjährig **(außer in den Ferien)**.
Nur für Mitglieder. Schnupperstunde möglich.

Fit mit Power

mit Gisela Lehner,
freitags von 17.30-18.30 Uhr
in der Johannes-Kern-Mittelschule, Paul-
Goppelt-Straße 4. Beginn: 28.09. (10x)
Mitglieder €33.-, Nichtmitglieder € 44.-

Schwing dich topfit mit der Flexi Bar®

Schwungstange

mit Gisela Lehner, freitags von 16.30 –17.30 Uhr
in der Johannes-Kern-Mittelschule, Paul-
Goppelt-Straße 4. Beginn: 28.09. (10x)
Mitglieder €33.-, Nichtmitglieder €44.-

**Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen
geschieht auf eigenes Risiko. Wir übernehmen
keine Haftung.**

Venen-Beckenboden-Gymnastik

mit Gisela Lehner
montags von 15.30-16.30 Uhr und von
16.30- 17.30 Uhr in der Johannes-Kern-
Mittelschule, Paul-Goppelt-Straße 4.
Beginn: 01.10. (10x)
Mitglieder €33.-, Nichtmitglieder € 44.-

Wirbelsäulengymnastik

Fitness und Entspannung

jeweils mittwochs
mit Gisela Lehner
1. Gruppe von 16.15-17.30 Uhr
2. Gruppe von 17.30-18.45 Uhr

mit Heike Sebald

3. Gruppe von 18.45-20.00 Uhr

Beginn; jeweils am 26.09. (10x)

im Förderzentrum, Ansbacher Str. 11
Mitglieder €42.-, Nichtmitglieder € 55.-

Yoga am Dienstag-Vormittag

mit Monika Wiesner-Kiebel
jeweils von 09.00-10.30 Uhr
und von 10.50-12.20 Uhr
Info/Anmeldung ☎ 09122/878587