



2022

PROGRAMM

Verein
Kneipp
aktiv & gesund
Landshut e.V.

VORWORT

„Mit Tradition in die Zukunft!“

Mit seinen Naturheilverfahren hat Sebastian Kneipp den Grundstein für eine nachhaltige Gesundheitsförderung und -prävention gelegt, die die bundesweite Kneipp-Bewegung mit dem Jahresmotto 2022 entsprechend würdigt und zeitgemäß in die Zukunft trägt.

Kneippen ist eine ganzheitliche Lebensphilosophie mit dem Ziel, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Durch das Setzen von regelmäßig durchgeführten Reizen wird der gesamte Organismus trainiert und so die Selbstheilungskraft, die Widerstandsfähigkeit und die Stressresistenz erhöht. Die Folge sind eine erhöhte Lebensqualität und eine gesteigerte Selbstverantwortung gegenüber der eigenen Gesundheit. Wer innerlich gestärkt ist, meistert das Leben im Allgemeinen, aber auch bei Krisen und Krankheiten besser und schneller.

Mit Angeboten aus unserem Jahresprogramm laden wir Sie herzlich ein, die fünf Elemente von Kneipp zu entdecken, auszuprobieren und selbst aktiv zu werden.

Lernen Sie das WASSER mit seiner wohltuenden Wirkung in einem Willkommenskurs kennen, kommen Sie in BEWEGUNG bei unserer Gymnastik- oder Radlgruppe, entdecken Sie die heilende Kraft der KRÄUTER bei einer Wanderung, probieren Sie zum Thema ERNÄHRUNG einen Kochabend aus und entspannen Sie im Bereich der LEBENSORDNUNG bei einem Waldbad oder schenken Sie Ihrer Seele eine kleine Auszeit bei einem Kneipp-Gottesdienst.

Ihre

Sigrid Sikorski

1. Vorsitzende Kneippverein Landshut



WER?

WIE?

WO?

WAS?



Sigrid Sikorski

0871/ 66 45 3

0157/ 50 61 72 83

Katrin Barth

0871/ 26 56 13 9

Edith Hartmann

0871/ 27 55 80 5

Ingrid Kraheberger

0871/ 67 51 8

Silke Pech

08709/ 35 18

Ingeborg Pongratz

0871/ 61 62 2

Lotte Rankel

0871/ 66 39 0

Uta Spitzenberger-Räbiger

08784/ 66 6

Steffi Stiller

0152/ 28 14 31 71

Dirk Unger

08734/ 93 90 45 5

Bitte melden Sie sich für die jeweiligen Veranstaltungen an.

GUT ZU WISSEN!

Sie finden alle Angebote, Änderungen und zusätzliche Informationen rund um Sebastian Kneipp und den Kneipp-Verein auch im Internet:



www.kneipp-verein-landshut.de



[kneippverein_landshut](https://www.instagram.com/kneippverein_landshut)



[Kneippverein Landshut](https://www.facebook.com/KneippvereinLandshut)

VERANSTALTUNGEN

ERNÄHRUNG 
Veranstaltungen in orange

KRÄUTER 
Veranstaltungen in grün

WASSER 
Veranstaltungen in blau

BEWEGUNG 
Veranstaltungen in rot

BALANCE 
Veranstaltungen in gelb

WÖCHENTLICH

Fit mit dem Rad in den Frühlingsanfang



Ab 26.04.2022
Jeden Dienstag

10.30 Uhr



Stadtbad Landshut
Dammstraße 28



Lotte Rankel (Anm.)

Je nach Witterung werden wieder die allseits beliebten Radtouren in die Umgebung von Landshut mit anschließender Einkehr angeboten. Bewegung mit Radfahren ist ideal um fit und gesund zu bleiben.

Stadtspaziergänge in und um Landshut in den Wintermonaten



Ab November 2022
Jeden Dienstag

11.00 Uhr



Ländtorplatz (Bushaltestelle) 84028 Landshut



Lotte Rankel (Anm.)

Wöchentliches Präventionsprogramm – Fit und beweglich bleiben

Schwerpunkte des Präventionsprogramms sind die Förderung der Beweglichkeit, Vorbeugung von Rückenbeschwerden und Verspannungen durch funktionale Schongymnastik, Koordinations- und Körperwahrnehmungsübungen, Balance- und Stabilisierungsübungen, Entspannungs- und Atemübungen.



Block I 07.03. – 30.05.
Block II 17.10 – 12.12.

jeweils Montags
(entf. in den Ferien)
16.45 – 17.45 Uhr



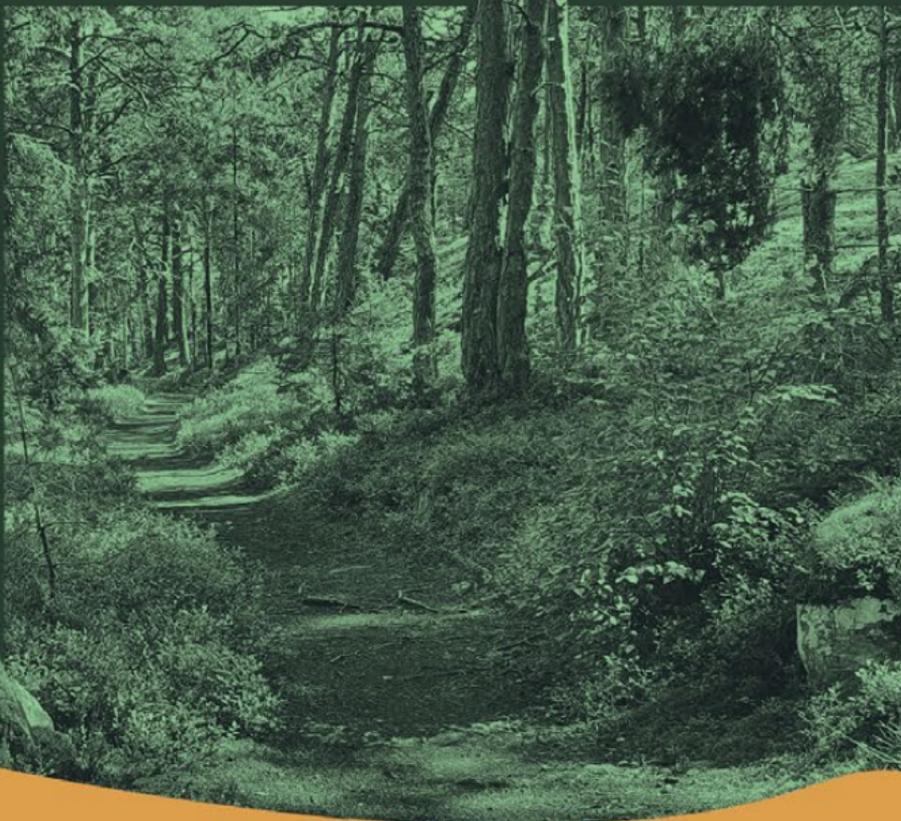
Turnhalle Nikolaschule
Nikolastr. 2, Landshut



Maria Maier (Anm.)



4 € Mitglieder, 5 € Gäste



MONATLICH

WALDBADEN zu jeder Jahreszeit!

Absichtslos, ohne Zeitdruck und Erwartungen sich treiben lassen, schlendern, beobachten, seine Sinne öffnen, rasten, meditieren, atmen, in Beziehung treten zu sich und zur Natur, das ist Waldbaden!

Die Zeit im Wald, in der das völlige Loslassen und sich treiben lassen im Vordergrund steht, kann Sie in vielerlei Hinsicht unterstützen. In speziell für Sie ausgesuchten kleinen Übungen, die unsere Sinne sensibilisieren, stärken Sie Körper, Geist und Seele gleichermaßen. Ein Waldbad dauert ca. 2-3 Stunden.

Einmal im Monat findet im Klosterholz in Altdorf ein Waldbad zu unterschiedlichen Tageszeiten statt, wo die verschiedenen Stimmungen des Tages einfangen werden.



Mo, 21.03.	14 - 16 Uhr	Zum Tag des Waldes
Sa, 14.05.	15 - 17 Uhr	Waldbad
Fr, 24.06.	17 - 19 Uhr	Waldbad zum Sommeranfang
Sa, 30.07	16 - 18 Uhr	Sommerwaldbad
Fr, 23.09.	16 - 18 Uhr	Zur Tag & Nachtgleiche
Do, 27.10.	10 - 12 Uhr	Waldbad
Do, 24.11.	10 - 12 Uhr	Waldbad „Stad werd's“
So, 11.12.	14 - 16 Uhr	Weihnachtswaldbad



Parkplatz am Klosterholz
in Altdorf, Am Banngraben
(Hascherkeller), Landshut



Silke Pech (Anm.)
Wald- und Erlebnispäd.



20€ Mitglieder, 25€ Gäste

Geistig fit ins Frühjahr – Gedächtnistraining

Geistiges Training, Bewegung und soziale Kontakte wirken dem Synapsenverlust entgegen. Synapsen leiten Informationen von Nervenzelle zu Nervenzelle. Halten Sie Ihre geistige Fitness in Schwung mit neuen und abwechslungsreichen Denk- und Bewegungsübungen in vier Übungsstunden.



Do, 03.03. 10 – 11.30 Uhr

Do, 10.03. 10 – 11.30 Uhr

Do, 17.03. 10 – 11.30 Uhr

Do, 24.03. 10 – 11.30 Uhr



Pfarrsaal im Kath.
Pfarrheim St. Pius,
St.-Pius-Platz 2,
Landshut



32 € (für alle vier
Termine)



Edith Hartmann (Anm.)
Trainerin geprüft nach
BVG

Wunderwerk Verdauung (Workshop I)

Verdauung ist weit mehr als „nur“ etwas für den Stuhlgang zu produzieren. Vom Essen bis zur Toilette passieren wahre Wunder im Körper. Lernen Sie diese näher kennen und staunen Sie, was der Darm sonst noch alles kann.

Natürlich bekommen Sie viele praktische Tipps, wie Sie die Verdauung unterstützen und damit Ihr Wohlbefinden maßgeblich verbessern können.

Hilfe bei Magen -oder Darmbeschwerden (Workshop II)

In diesem Workshop werden große und kleine Störungen von Magen und Darm vorgestellt. Sie lernen Symptome und Krankheitsbilder kennen und erfahren einiges über den Weg zur richtigen Diagnose. Vermittelt werden auch Therapiemöglichkeiten nach Kneipp, die Sie in Eigenregie durchführen können sowie Wissen, dass beim Arztbesuch nützlich sein kann.



Workshop I

Mi, 16.03.22 19.00 Uhr



Bürgerbüro
Freyung 618,
Landshut



7€ pro Workshop
13€ bei Besuch
beider Workshops

Workshop II

Mi, 06.04.22 19.00 Uhr



Marion Engel,
Fachber. für Ganzheit-
liche Bauchgesundheit
nach Kneipp
Sigrid Sikorski (Anm.)

Meditation/ Spiritualität für Anfänger

An vier Abenden lernen Sie Körper, Atem und Geist bewusst wahrzunehmen. Sie öffnen sich dem Fühlen und lernen Mitgefühl zu entfalten.

Mitzubringen sind bitte Decke und bequeme Kleidung.



Block I

Di, 08.03.22, 19 - 20.30 Uhr

Di, 15.03.22, 19 - 20.30 Uhr

Di, 29.03.22, 19 - 20.30 Uhr

Di, 05.04.22, 19 - 20.30 Uhr

Block II

Do, 20.10.22, 19 - 20.30 Uhr

Do, 27.10.22, 19 - 20.30 Uhr

Do, 03.11.22, 19 - 20.30 Uhr

Do, 10.11.22, 19 - 20.30 Uhr



30€ Mitglieder,
35€ Gäste (für je vier
Termine)



Uta Spitzenberger-
Räbiger (Anm.)



Kath. Pfarreim St.
Pius, Kaminraum,
St.-Pius-Platz 2,
Landshut

Jahreshauptversammlung



Donnerstag, 31.03.2022

19.00 Uhr



Café Isartürl,
Ländgasse 118D,
Landshut

Es erfolgt eine gesonderte Einladung mit Tagesordnung.

Brunnenführung - Wasser, Quelle des Lebens



Do, 07.04.2022

14.00 Uhr



Führung kostenlos
(ohne Kaffee & Kuchen)



Ländtor



Monika Liebel
Sigrid Sikorski (Anm.)

Bei dieser besonderen Führung wird Ihnen nicht nur die Geschichte der einzelnen Brunnen der Stadt Landshut vermittelt, sondern auch die Bedeutung des Wassers, sowohl in der Gegenwart, als auch in längst vergangenen Zeiten.

Anschließend Kaffee und Kuchen im Café Kreuzer.



„Mein Herz und ich – eine lebenslange Liebe“



Do, 28.04.2022
19.00 – 21.00 Uhr

 10 € Mitglieder
15 € Gäste



Loftstadl in der Knoglerei,
Weißnauer Weg 1, Landshut



Dirk Unger (Anm.),
Heilpraktiker & Kneipp-
Gesundheitstrainer

Die Gesundheit Ihres Herzens liegt Ihnen am Herzen? Was können Sie für Ihr Herz Gutes tun? Lernen Sie die vielfältigen Anwendungen/Ansätze aus dem Bereich der 5 Elemente der Gesundheitslehre von Sebastian Kneipp und der Naturheilkunde kennen, mit denen Sie hier für sich präventiv tätig werden können.

Erlebniswanderung mit allen Sinnen



Sa, 01.05.2022
14 – 19.00 Uhr

 9 €

Sigrid Sikorski
(Anm.)



PP in Niederaichbach
gegenüber den Kneipp-
Stelen (aus dem Kreisel
über die Isarbrücke und
dann gleich rechts)



Marion Engel,
Kneipp-Gesundheitstrainer-
in & Erlebnis-Wander-
leiterin

Die Erlebnis-Wanderung führt über den Landshuter Höhenweg N3 rund um Niederaichbach und bietet ein abwechslungsreiches Programm aus allerlei Dingen, die sich am Wegesrand finden. Dazu zählen natürlich die wunderbaren Kneipp-Anlagen des Niederaichbacher Kneipp-Vereins, verschiedene Heilpflanzen, ein sehenswertes Kirchlein und einiges mehr. Mal dürfen Sie mitdenken, mal still nachdenken und auch mal entspannt einem Märchen lauschen.

Der Weg ist 13 km lang und führt über Feld- und Waldwege. Die reine Gehzeit beträgt 3,5 Stunden, mit Programm und Pausen ca. 5 Stunden. Bitte Brotzeit und Getränke mitnehmen.



Ein Kneipp-Abend mit Bewegung, Zufriedenheit und Glück



Fr, 13.05.2022
18.30 Uhr

 Neue Wassertretanlage
in der Flutmulde
Landshut West

 kostenlos

 Helmut Fischer,
Steffi Stiller (Anm.)

Die leichte Bewegung, bestehend aus einem Wechselspiel von Anspannung und Entlastung, unterstützt die Selbstheilungskräfte und fördert das körperliche Wohlbefinden. Mit anschließendem gemütlichem Ausklang.

Ankneippen im Kneippwinkel



Di, 17.05.2022
14.00 Uhr

 Kneippwinkel Stadtbad
Landshut, Dammstraße
28, Landshut

 kostenlos

 Kneipp Vorstand,
Sigrid Sikorski (Anm.)

Zum 201. Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp treffen wir uns und genießen endlich wieder den Kneippwinkel mit der Wassertretanlage, dem Armbad, den Gussmöglichkeiten usw.

Kneipp-Wortgottesdienst zum Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp



Mi, 18.05.022
18.30 Uhr

 Katholische Pfarrei St.
Pius, St.-Pius-Platz 2,
Landshut

 kostenlos

 Steffi Stiller (Anm.)

Anlässlich des Geburtstags von Pfarrer Sebastian Kneipp wird ein Gottesdienst zum Thema „Wasser ist Leben“ gefeiert.

Kneippianer Willkommenskurs



Mi, 25.05.2022
18.30 Uhr

 Kneippwinkel im Stadt-
bad, Dammstraße 28,
Landshut

 kostenlos

 Sigrid Sikorski (Anm.),
Kneipp-Gesundheitstrainerin

Was ist Kneippen? Wie funktioniert das eigentlich?
Lernen Sie Kneipp-Anwendungen wie beispielsweise
Wassertreten, Armbad, Güsse und vieles mehr kennen
und stärken Sie damit Ihr Immunsystem. Gerne geben
wir Tipps, wie Sie das Gesundheitstraining effektiv in den
Alltag einbauen können. Kinder sowie Erwachsene sind
herzlich Willkommen.

Kneipp-Willkommenskurs speziell für Kinder ab 6 Jahre



Mi, 08. 06.2022
16 – 17.30 Uhr

 Kneippwinkel im Stadt-
bad, Dammstraße 28,
Landshut

 kostenlos

 Steffi Stiller (Anm.) &
Sigrid Sikorski

Gesundheitsförderung mit Freude und Spaß. Spielerisch
und kindgerecht lernen sie die 5 Kneippelemente Wasser,
Bewegung, Heilkräuter, Ernährung und Lebensordnung
kennen.

Sommer-Sonne-Rosen-Kneipp



Sa, 11.06.2022
14 – 18.00 Uhr

 Buchenstraße 7,
84163 Marklkofen /
Steinberg

 20 € Mitglieder
25 € Gäste

 Dirk Unger (Anm.)
Heilpraktiker und Kneipp-
Gesundheitstrainer

Genießen Sie den Sommer im wunderbaren Garten der
Naturheilpraxis von Dirk Unger. Gestärkt durch
Kneippkuchen und Kaffee, erfrischt mit anregenden
Wasseranwendungen nach Kneipp, betört durch den
Duft der englischen Rosen steht der Nachmittag ganz im
Zeichen der Rose. Sie entdecken die Rose mit allen Sinnen
und erstellen sich ein eigenes Rosenprodukt.
Mitfahrgelegenheiten werden ermöglicht.

Kneipp-Genußfrühstück im Sommer



Sa, 02.07.2022
9.30 – 12.30 Uhr

📍 Kneippwinkel im Stadt-
bad, Dammstraße 28,
Landshut

🍽️ 7 €

👤 Kneipp-Vorstand
Steffi Stiller (Anm.)

Der gute Start in den Tag mit dem richtigen Frühstück. Mit unserem Genußfrühstück in gemütlicher Atmosphäre ist es ein echtes Erlebnis für Körper, Geist und Seele. Mit viel Liebe zubereitet, abwechslungsreich, lecker und frisch. Damit wollen wir vom stressigen Alltag abschalten und auftanken.

Kneipp in der Pflege „Jede Anwendung ist gleichzeitig eine Zuwendung“



Mo, 04.07.2022
18.30 Uhr

📍 Magdalenenheim,
Christoph-Dorner-Str. 8,
Landshut

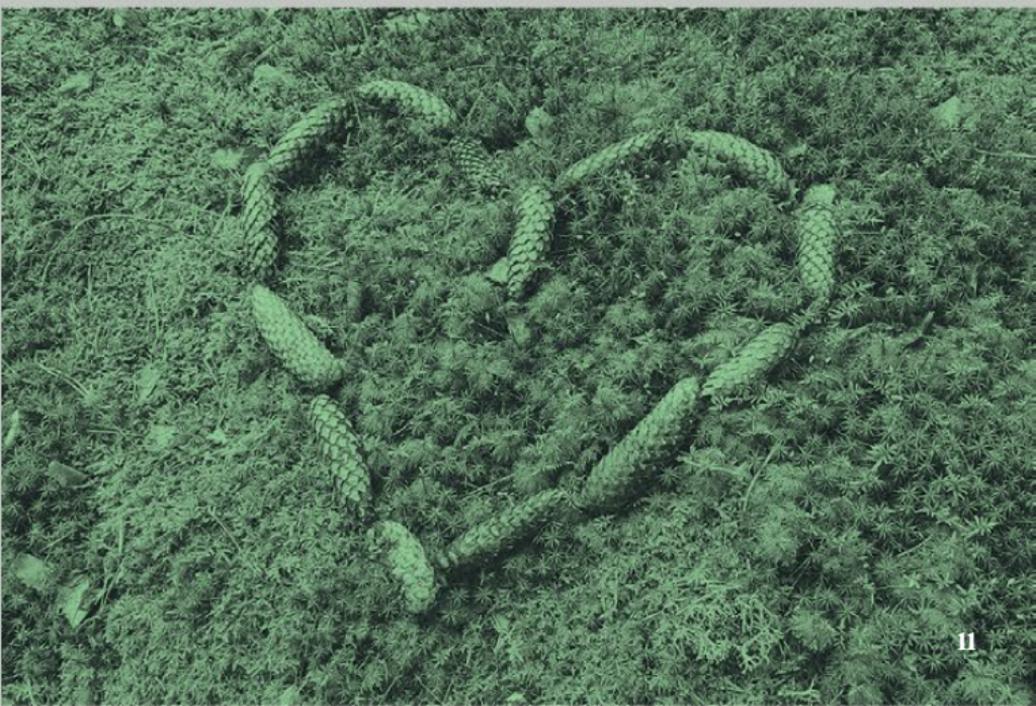
🍽️ kostenlos

👤 Sigrid Sikorski (Anm.),
Genovefa Willi &
Daniela Weber

Ein Informationsabend für Angehörige der Hl. Geistspitalstiftung oder für Interessierte, die im häuslichen Umfeld pflegen oder betreuen.

Die Kneipp-Anwendungen werden zur Prävention und Förderung der Gesundheit sowie zur Linderung zahlreicher Befindlichkeitsstörungen eingesetzt.

Viele Pflegebedürftige empfinden daher die Anwendungen nach Kneipp als wohltuend, beruhigend und kräftigend. Dazu wollen wir Ihnen wertvolle Informationen vermitteln und praktische Tipps mit auf den Weg geben.



Kneippianer Willkommenskurs



Mi, 20.07.2022
18.30 Uhr

📍 Kneippwinkel im Stadt-
bad, Dammstraße 28,
Landshut

📄 kostenlos

👤 Sigrid Sikorski (Anm.)
Kneipp-Gesundheits-
trainerin

Was ist Kneippen? Wie funktioniert das eigentlich? Lernen Sie Kneipp-Anwendungen wie beispielsweise Wassertreten, Armbad, Güsse und vieles mehr kennen und stärken Sie damit Ihr Immunsystem. Gerne geben wir Tipps, wie Sie das Gesundheitstraining effektiv in den Alltag einbauen können.

„Man muss die Feste feiern wie sie fallen“

Daher unsere herzliche Einladung zum Sommerfest mit musikalischer Umrahmung. Für Speisen und Getränke wird gegen eine kleine Gebühr gesorgt.



Sa, 23..07.2022
16.00 Uhr

📍 Kneippwinkel im Stadt-
bad, Dammstraße 28,
Landshut

👤 Steffi Stiller (Anm.)

Sommerpause im August

Radlwoche für Senioren mit E-Bike



So, 04.09. bis
Sa, 10.09.2022



Ingeborg Pongratz
(Anm.)



wird noch bekannt gegeben

Besichtigung von Stadt und Kultur in der Umgebung von Dinkelsbühl, der schönsten Altstadt Deutschlands. Un-
ternommen werden tägliche Touren mit ca. 40 - 50 Kilo-
meter. Die Teilnehmerzahl ist auf höchstens 12 Personen
begrenzt.

Pilateskurs



Mo, 19.09.22, 17 - 18 Uhr

Mo, 26.09.22, 17 - 18 Uhr

Mo, 03.10.22, 17 - 18 Uhr

Mo, 10.10.22, 17 - 18 Uhr



Turnhalle Nikolaschule,
Nikolastraße 2, Landshut



Steffi Stiller (Anm.)



5€ pro Termin

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining für Körper
und Geist bei dem Atmung und Bewegung in Einklang
gebracht werden.

Durch Pilates verbessert man nicht nur seine Körper-
spannung und Beweglichkeit, sondern auch die Tiefen-
muskulatur und das Körperbewusstsein wird gestärkt
und aufgebaut. Einzelne Muskeln oder Muskelpartien
werden ganz gezielt aktiviert, entspannt oder gedehnt.
Dabei kommen verschiedene Kleingeräte (z.B. Thera-
band etc.) zum Einsatz. Mitzubringen: Sportkleidung,
Getränke und Handtuch

Geistig fit in den Herbst - Gedächtnistraining



Do, 06.10.22, 10 - 11.30 Uhr

Do, 13.10.22, 10 - 11.30 Uhr

Do, 20.10.22, 10 - 11.30 Uhr

Do, 27.10.22, 10 - 11.30 Uhr



Eisstadion, Gutenberg-
weg 32, Landshut



Edith Hartmann (Anm.)



32€ (für alle vier
Termine)

Geistiges Training, Bewegung und soziale Kontakte wirken
dem Synapsenverlust entgegen. Synapsen leiten Informa-
tionen von Nervenzelle zu Nervenzelle. Halten Sie Ihre geis-
tige Fitness in Schwung mit neuen und abwechslungsre-
ichen Denk- und Bewegungsübungen in vier Übungsstun-
den.

Besonderes: Das Gedächtnistraining wird im Freien
durchgeführt. Bitte passende Kleidung mitbringen.



Kneipp'sche Ernährung – ein geschmacksvoller Ausflug



Sa, 01.10.2022
16.00- 20.00 Uhr



Pfarrsaal St. Vinzenz von Paul, Werraweg 4, Landshut-Auloh



10 € Mitglieder
15 € Gäste
+ Lebensmittel



Dirk Unger (Anm.),
Heilpraktiker & Gesundheits-trainer

Entdecken Sie die vielen heute noch aktuellen Ernährungserkenntnisse von Sebastian Kneipp in einem kurzweiligen Vortrag. Aus Worten folgen dann Taten und Sie stellen gemeinsam mit dem Referenten und den anderen Kursteilnehmern ein leichtes 3 Gänge Menü nach Kneipp auf die Beine, welches in geselliger Runde dann gegessen wird.

Naturheilkunde für Kinder



Di 04.10.2022
19.00 Uhr



Kinderkrankenhaus Sankt Marien, Grillparzerstr. 9, Landshut



kostenlos



Dr. Catharina Amarell
Steffi Stiller (Anm.)

In diesem Seminar lernen Sie wirkungsvolle und bewährte Naturheilmittel für Ihr Kindergartenkind aber auch deren Grenzen kennen.

Im Mittelpunkt stehen dabei: Die richtige Anwendung von Wickeln, Auflagen, Hausmitteln und gezielte Anwendung einzelner Akupressurpunkte.



Speziell für Senioren: Schutz gegen Telefonbetrug



Mo, 07.11.22, 16 – 17.30 Uhr

Mi, 16.11.22, 16 – 17.30 Uhr

Mi, 23.11.22, 16 – 17.30 Uhr



20 € (für alle drei Termine)



wird bei der Anmeld.
bekannt gegeben



Marion Engel,
Fachpräventologin für
geist. Fitness, BVGT
Sigrid Sikorski (Anm.)

Jahr für Jahr werden einige tausend Senioren Opfer dreister Telefonbetrüger. Die Schäden gehen in die Millionen und sind leider von keiner Versicherung gedeckt. Die Kreispolizeibehörde Gütersloh, das DRK und der Bundesverband Gedächtnistraining (BVGT) haben dazu ein spezielles kriminalpräventives Gedächtnistraining entwickelt, das von geschulten Mitgliedern nun bundesweit angeboten wird.

Die Teilnehmer werden ausführlich über die Muster der Betrugsarten informiert und erhalten nützliche Tipps zum Selbstschutz. Alles wird gehirngerecht vermittelt, in praktischen Übungen trainiert und mehrfach wiederholt. So können Sie zukünftig betrügerische Anrufe schnell erkennen und beenden, trainieren gleichzeitig Ihr Gedächtnis und haben sicher auch Spaß in der Gruppe.



Wasser-Märchen und Musik



So, 13.11.2022

19.00 Uhr

 3€ Kinder
5€ Erwachsene

 wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

 Marion Engel & Miriam Sikorski
Sigrid Sikorski (Anm.)

„Wasser ist Leben.“ Das wusste schon Kneipp, bei dem Wasser gleichermaßen entspannend und anregend sein kann. Das gleiche gilt für unseren Kleinkunstnachmittag mit den Märchen „Das Wasser des Lebens“ und „Die Nixe im Teich“ umrahmt von musikalischen Klängen.

Kneipp-Adventfeier



Sa, 03.12.2022

14.00 Uhr

 Café Isartürl,
Ländgasse 118D, Landshut

 Sigrid Sikorski (Anm.)

Gemütlicher Jahresausklang bei Kaffee und Kuchen mit adventlicher Musik.

Aus rechtlichen Gründen wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Teilnahme an den einzelnen Veranstaltungen sowie bei den Fahrgemeinschaften jeweils auf eigene Gefahr unter Ausschluss der Vereinshaftung erfolgt. Jedes Mitglied und jeder Gast handelt eigenverantwortlich. Auf den Veranstaltungen werden Fotos gemacht, mit deren auch späteren Verwendung Sie sich durch den Besuch der jeweiligen Veranstaltung einverstanden erklären.

Werden Sie Mitglied im Kneipp-Verein Landshut e.V.

Wir freuen uns auf SIE und machen Sie mit!

VORTEILE

- Sie nutzen ein vielfältiges gesundheitsorientiertes Angebot für Bewegung und Entspannung

- Sie lernen Kneipp-Anwendungen und ihre positiven Wirkungen kennen

- Sie finden Kontakt mit Gleichgesinnten bei Ausflügen, Wanderungen usw. und erleben Geselligkeit bei verschiedenen Anlässen

- Sie erhalten Vergünstigungen bei Aus-, Fort- und Weiterbildungskursen in der Sebastian-Kneipp-Akademie

- Sie verbringen Ihren Urlaub zu ermäßigten Preisen in den Kneipp-Bund Hotels in Bad Wörishofen und Bad Lauterberg

- Sie erhalten alle zwei Monate ein Kneipp-Journal mit interessanten und vielschichtigen Themen rund um Gesundheitsförderung und Prävention

... und vieles mehr.



Mitgliedsbeitrag jährlich:

Einzelmitgliedschaft: 30 €

Familienmitgliedschaft 40 €



Kneipp Verein Landshut e.V.

 **Sigrid Sikorski, Rennweg 45, 84034 Landshut**

 **0157 50 61 72 83**

 **sigrid.spirit@gmx.de**



www.kneipp-verein-landshut.de

 **kneippverein_landshut**  **Kneippverein Landshut**



**Immaterielles
Kulturerbe**

Wissen. Können. Weitergeben.

Eintrag im
Bundesweiten Verzeichnis

**Kneippen –
traditionelles Wissen und Praxis
nach der Lehre Sebastian Kneipps**