

Gesund und fit mit Kneipp

5 Sommerabende zum Kennenlernen

Bei unseren Willkommenskursen am 25.5. und 20.7. dreht sich alles um die Kneipp'schen Wasseranwendungen. Dazwischen bieten wir zusätzlich 5 spezielle Sommerabende zur Person Kneipps und den 4 anderen Säulen seiner Lehre.

- **15.6.: Sebastian Kneipp**
Ein spannender Lebensweg mit Höhen und Tiefen
- **22.6.: Heilpflanzen**
Die Grundlagen der grünen Apotheke
- **29.6.: Lebensordnung**
Lassen Sie sich von unserer Märchenerzählerin verzaubern
- **06.7.: Ernährung**
Wie sie mit der Darmgesundheit zusammenhängt
- **13.7.: Bewegung**
Kleine Übungen bewegen von Kopf bis Fuß

Im ersten Teil des Abends erhalten Sie Informationen und Impulse, wie sich Kneipps Wissen in Ihren Alltag integrieren lässt, können aktiv werden oder einfach genießen.

Im zweiten Teil des Abends stehen das gegenseitige Kennenlernen und der Austausch im Vordergrund.

Wir vom Kneipp-Verein beantworten gerne Ihre individuellen Fragen und möchten auch mehr von Ihnen erfahren. Welche Angebote wünschen Sie sich vom Verein? Was sollten wir berücksichtigen, wenn wir das Programm für 2023 gestalten?

Auch der Austausch unter den Teilnehmern wird möglich sein.

- Wann? Von 18.30 bis 20.00 Uhr
- Wo? Kneippwinkel im Stadtbad
- Wie? Einfach vorbeikommen, keine Anmeldung nötig, Eintritt frei

