

Inhaltsverzeichnis

95 Jahre Kneipp-Verein Umschlagseite 2

Reisen	Tages- und Mehrtagesfahrten	2
Bewegung	Wandern oder radeln Sie gerne?	3
	Wanderplan Herbst 2018 ab September	4
	Radtourenplan Herbst 2018 ab September	5
	Nordic Walking	6
	Gesundheitsgymnastik	7
	Fit und beweglich bleiben, den Körper stärken	8
	»In Balance bleiben« mit Qi Gong	9
Lebensordnung	»Stille Momente« – Entspannungsabende	10
	Hatha-Yoga für mehr Energie und Inspiration	11
	»Qi Gong« Stärkung der Lebenskraft	12
Natur	Kräuterwanderungen	13
Information	»Klangmeditation« – wohltuend für Körper, Geist und Seele – <i>hören, fühlen, wahrnehmen</i>	14
	Übungsleiterinnen und Wanderführer	15