

# Vorwort

*Man sieht die Blumen welken  
und die Blätter fallen,  
aber man sieht auch die Früchte reifen  
und neue Knospen keimen.*

*Mit diesen Gedanken von J. W. von Goethe  
stellen wir Ihnen unser Herbst-Programm-Heft 2019 vor.*

*Die beste Medizin gegen das Altern und manches Zipperlein ist Bewegung.  
Getreu dem Sprichwort »Sich regen bringt Segen« haben Sie, liebe Leserin, lieber  
Leser, in unserem Verein die Möglichkeit, dies mit Nordic-Walking, Radeln  
und/oder Wandern in die Tat umzusetzen.*

*Das Freiluft-Programm wird durch unsere Kurse ergänzt.  
Unsere Übungsleiter(innen) werden an der Sebastian-Kneipp-Akademie in  
Bad Wörishofen auf den aktuellen Wissensstand gebracht, den sie an die  
Kursteilnehmer weitergeben.*

*Unsere Aktivitäten sind auch für Gäste offen. Bei den Kursleiterinnen können  
Sie sich telefonisch oder persönlich informieren und auch an  
einer Probestunde teilnehmen.*

*Das eingangs erwähnte Sprichwort soll uns immer Ansporn sein,  
so auch für die zweite Jahreshälfte 2019.*

*Menschen aus Donauwörth und Umgebung,  
die Interesse an der Gesundheitslehre nach  
Kneipp haben, sind uns jederzeit willkommen.*

*Mit Kneippschen Grüßen verbleibt*

*Ottokar Müller (1. Vorsitzender)*

