Kneipp VEREIN Donauwörth e.V. - aktuell

Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth Tel: 0906/7001255
https://www.kneipp-verein-donauwoerth.de E-Mail: vorstand@kneipp-verein-donauwoerth.de

Kneipp-Kurse – Frühjahr 2027

Hatha-Yoga Kurs für Einsteiger und Teilnehmer mit Grundkenntnissen

Erlernen verschiedener Yogastellungen, Atemübungen u. d. richtigen Entspannung.
Leitung: Leo Stocker, Yogalehrer seit 2006, zahlreiche Aus- und Weiterbildungen.
Info und Anmeldung: 0152-535 702 34
Termine: 8 x Donnerstag ab 14.01.2027 von 17.30-18.45 Uhr
Ort: Kneipp- Vereinshaus, Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth
Bitte rutschfeste Matte, lockere Sportbekleidung, Sitzkissen oder Decke mitbringen.
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 60,00 € Gäste: 90,00 €

Qigong – Stärkung der Lebenskraft

Leitung: Martina Gerstenmeyer - **Alle Plätze sind schon belegt!**
Termine: 8 x Montag, ab 18.01.2027, von: 09.00-10.00 Uhr
Ort: Vereinshaus, Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 48,00 € Gäste: 72,00 €

Qigong – für Anfänger und Wiedereinsteiger

Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger oder an Qigong-Vertraute, die eine Pause eingelegt haben.
Leitung: Martina Gerstenmeyer,
Info und Anmeldung ab September möglich! Tel. 0906/21754
Termine: 8 x Montag, ab 18.01.2027, von: 10.30 - 11.30 Uhr
Ort: Vereinshaus, Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 48,00 € Gäste: 72,00 €

Stille Momente – Entspannungsabende

Leitung: Ingrid Hackenberg
Info u. Anm.: Tel: 0906/968 390 48, mob. 0176-534 846 93, E-Mail: ingrid.hackenberg@t-online.de
Termine: 8 x Donnerstag, ab 14.01.2027 von 19.00-20.00 Uhr
Ort: Vereinshaus, Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth
Bitte Decke, kleines Kissen, Matte und Socken mitbringen
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 48,00 € Gäste: 72,00 €

Rhythmische Körpergymnastik

Bewegung mit Musik zur Förderung der Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht. Für mehr Sicherheit, Mobilität und Freude an der Bewegung
Leitung: Petra Kramer, Info und Anmeldung: Tel: 0906/22962 E-Mail: kramer.petra@gmx.de
Termine: 8 x Donnerstag, ab 14.01.2027 von 9.30-10.30 Uhr.
Ort: Kneipp-Vereinshaus, Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 48,00 € Gäste: 72,00 €

Atem und Bewegung

Wie Atemarbeit Stress reduziert und das Nervensystem wirksam stärkt. Wie der Atem eine Quelle der Ruhe und Kraft erschließt.
Leitung: Anne Lesjak, Info und Anmeldung Tel. 0906-4950
Termine: 8 x Mittwoch ab 10.02.2027 von 09.30 – 11.00 Uhr
Ort: Kneipp-Vereinshaus, Jennisgasse 6, 86609 Donauwörth
Bitte Decke oder Matte, kleines Kissen, Wollsocken mitbringen
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € Gäste: 108,00 €