



Kneippen  
ist Kult

# Programm

Zweites Halbjahr 2022





## Kneipp-Wassertretanlage Chausseehaus



### **Wegbeschreibung**

Auf der Lahnstraße bis Chausseehaus (Bus 275 Richtung Bad Schwalbach), von dort ca. 15 Min. auf dem Wanderweg Richtung Schläferskopf, mit roten und schwarzen Punkten markiert. Die Wassertretanlage ist ausgeschildert.

Liebe Freunde des Kneipp-Vereins Wiesbaden, wie zu erwarten war, sind die gesetzlichen Einschränkungen infolge der Corona-Pandemie weitgehend fortgefallen und alle Aktivitäten unseres Vereins konnten inzwischen wieder aufgenommen werden, zuletzt im Juni die Gesangsgruppe. Dass die Durchführung unserer Wanderreise in den Harz im Mai d.J. nahezu ohne Beeinträchtigung möglich war, ist für uns ein deutliches und erfreuliches Signal. Die Pandemie ist aber noch nicht vorbei und eine nennenswerte Anzahl früherer Teilnehmer an unseren Kursen hält sich noch zurück. Wir hoffen, dass bald wieder die frühere Normalität Einzug in ihr und in das Leben des Vereins hält.

Lassen Sie die in diesem Heft angebotenen Aktivitäten zusammen mit gleichgesinnten netten Menschen auf sich wirken. Wenn wir mit unseren Angeboten Ihre Neugier geweckt haben, begrüßen wir Sie gern zum „Schnuppern“ in einem unserer Kurse, als Gast bei einer Wanderung oder wir treffen uns an einer Kneipp-Wassertretanlage. Die von uns betreuten Kneipp-Wassertretanlagen in Wiesbaden stellen wir auf den Umschlagseiten dieses Hefts vor.



Ulrich Winkelmann  
1. Vorsitzender



Horst Maiwald  
2. Vorsitzender

<b>Inhaltsverzeichnis</b>	<b>Seite</b>
<b>Reisen</b>	5/6
<b>Vorträge</b>	7
<b>Gymnastik</b>	
Kurs 01 - Rückengymnastik für Damen und Herren	8
Kurs 02 - Rückengymnastik für Damen und Herren	9
Kurs 03 - Morgengymnastik nur für Damen	10
Kurs 04 - Ganzkörper-Gymnastik für Damen und Herren	11
Kurs 05 - Rückengymnastik für Damen und Herren	12
<b>Yoga</b>	13
<b>QiGong</b>	14
<b>Tanzen</b> - Gesellige Tänze für Seniorinnen und Senioren	15
<b>Buntes am Wegesrand</b>	16 / 17
<b>Gesang</b> - Singen von Volksliedern und Kanons	18
<b>Wandern</b>	
Wanderungen – Kurzstrecken	19
Wanderungen mit Franz Bayer	20
Wanderungen des Kneipp-Vereins Mainz	21
Kräuter- und Baumführungen mit Judith Klare	21/22
Wiesbadener Wandertage	23
<b>Gemeinsamer Stammtisch</b> mit dem Biochemischen Verein	24
<b>Kursleiterinnen und -leiter, Veranstaltungsorte</b>	25
<b>Regeln und Informationen für die Teilnahme an Kursen</b>	26
<b>Hinweis auf Angebote benachbarter Kneipp-Vereine</b>	26
<b>Informationen zum Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.</b>	27
<b>Aufnahmeantrag</b>	28
<b>Impressum</b>	30

Anmeldeschluß:  
01.08.2022

## Reisen

### **Bustagesreise am Mittwoch, dem 14. Sept. 2022, nach Bad Dürkheim mit Pfälzer-Wald-Rundfahrt**

Wie heißt es in der Operette Schwarzwaldmädel: *“Wir sind auf der Walz,  
vom Rhein bis zur Pfalz und suchen nach freundlichen Gaben....!!!“*

Auch wir wollen mal die Pfalz ein wenig kennen lernen und laden Sie zu unserer **Bustagesfahrt am Mittwoch, dem 14 September 2022**, nach Bad Dürkheim herzlich ein. In Bad Dürkheim werden wir zu Mittag essen und danach eine Stadtführung haben. Im Anschluss daran findet eine Fahrt durch den Pfälzer Wald statt, um uns anschließend in Maikammer mit Kaffee und Kuchen für die Heimreise zu stärken.

Folgender Reiseablauf ist vorgesehen:

- 9:00 Uhr Abfahrt am Hbf. Wiesbaden (Ostseite), Bussteig Gartenfeldstraße **(Markert Busreisen)**
- 11:00 Uhr Ankunft Bad Dürkheim
- 11:30 – 13:00 Uhr Mittagessen
- 13:15 – 14:30 Uhr Rundgang in Bad Dürkheim mit Gästeführer/in
- 14:45 – 16:00 Uhr Busfahrt durch den Pfälzer Wald
- Ab 16:15 Einkehr in ein Café/Konditorei in Maikammer
- Ca. 18:00 Uhr Heimreise
- Gegen 19:30 Uhr Ankunft in Wiesbaden.

(Programmänderung bleibt vorbehalten)

Die Busreisekosten betragen für Vereinsmitglieder 35,00 Euro/Person und für Gäste (Nichtmitglieder) 40,00 Euro/Person. Hinzu kommen noch anteilige Kosten für die Stadtführung. Die Kosten für die Einkehr sind von jedem Teilnehmer/Teilnehmerin selbst zu tragen.



Schloss- und Festungsrueine Hardenburg

*Für diese Fahrt tritt der Kneipp-Verein nur als Reisevermittler auf und nicht als Reiseveranstalter. Jede teilnehmende Person handelt für sich allein, eigenverantwortlich und selbstschuldnerisch. Der Kneipp-Verein übernimmt keinerlei Haftungsverpflichtungen. Eventuelle Regressforderungen sind an den jeweiligen Dienstleister zu richten.*

In der Geschäftsstelle liegt eine Liste aus, in der sich die Teilnehmer eintragen lassen können.

Die Reisekosten, die wir treuhänderisch verwalten, bitten wir zeitgleich mit der Anmeldung unter Angabe "Bustagesfahrt 2022" auf unser Konto bei der Wiesbadener Volksbank, IBAN DE90 5109 0000 0008 8187 03, zu überweisen.

Der Zahlungseingang gilt gleichzeitig als Reisebestätigung. Eine besondere Teilnahmenachricht erfolgt nicht mehr.

Anmeldeschluss ist der 01.08.2022.





## Vorträge

In Kooperation mit dem **Naturheilforum Wiesbaden (NHF)** werden nachstehende Vorträge angeboten.

Gegr. 1997

Termin jeweils Dienstag	Thema, Referent
06.09.2022	<b>Natürliche Regulation des Immunsystems -</b> lauschen Sie der Intelligenz des Körpers Claudia Böhm-Blum, HP <a href="mailto:info@naturheilzentrum-blum.de">info@naturheilzentrum-blum.de</a> <a href="http://www.naturheilzentrum-blum.de">www.naturheilzentrum-blum.de</a> Liljana Cornehl, HP Psych. <a href="mailto:info@liljanacornehl.de">info@liljanacornehl.de</a> <a href="http://www.liljanacornehl.de">www.liljanacornehl.de</a>
04.10.2022	<b>Manuelle Lymphdrainage -</b> Anwendungsmöglichkeiten und Wirksamkeit Referent: Erich Reppe, Physiotherapeut, Massagepraxis und Fußpflege, Wiesbaden
01.11.2022	<b>Die Straße des Lebens -</b> Erfahrungen eines Therapeuten mit seinen Patienten Referent: Bruno Müller, Wiesbaden
06.12.2022	<b>Mediale Demonstrationen von Jenseitskontakten -</b> Es gibt keine Trennung zwischen unserer und der jenseitigen Welt. Sylvia Hahn, GB, Coach - <a href="http://www.sylviaswelt.de">www.sylviaswelt.de</a>
Abkürzung: GB = Gesundheitsberater, HP = Heilpraktiker	

**Veranstaltungsort:** Gaststätte „**ALT-WIESBADEN**“, Kurt-Schumacher-Ring 17, gegenüber der Feuerwache (Bushaltestelle Loreleiring, z.B. mit Linie 4 und 27 ab Wi-Hauptbahnhof).

**Zeit:** jeweils **19:00 bis 21:00 Uhr**.

Für die Veranstaltungen mit Vorträgen bittet das NHF um einen Wertschätzungsbeitrag in Höhe von 5,00 €.

**Rückfragen:** **Manfred Stollreiter** ☎ **0170 - 5622946**

**E-Mail:** [naturheilforum-wiesbaden@web.de](mailto:naturheilforum-wiesbaden@web.de)

**Homepage:** [www.naturheilforum-wiesbaden.org](http://www.naturheilforum-wiesbaden.org)



## Gymnastik

### Kurs 01 - Rückengymnastik für Damen und Herren

<b>Kursleitung</b>	<b>Anne Schindler</b>	
<b>Kurstage</b>	Montag	
<b>Kurszeit</b>	10:30 bis 11:30 Uhr	
<b>Kursort</b>	Martin-Hörner-Zentrum in Wiesbaden-Biebrich, Galatea-Anlage	
<b>Bushaltestelle Linien</b>	Robert-Krekel-Anlage 4, 14, 38, 39	
<b>Kursabschnitt</b>	<b>3 - 2022</b>	<b>4 - 2022</b>
<b>Kursbeginn und Ende</b>	04.07. bis 26.09.2022	10.10. bis 19. 12. 2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 04., 11., 25. Aug. 01., 08., 15., 22., 29. Sept. 05., 12., 19., 26. <b>Anzahl: 12</b>	Okt. 10., 17., 24., 31. Nov. 07., 14., 21., 28. Dez. 05., 12., 19. <b>Anzahl: 11</b>
<b>Kursgebühr</b>		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	36,00 €	33,00 €
- Partnerpaar	62,00 €	57,00 €
- für Gäste	62,00 €	57,00 €
<b>Mindestteilnehmer</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Anne Schindler</b> <b>☎ 06123 – 7 05 68 07</b>	





# Gymnastik

## Kurs 02 - Rückengymnastik für Damen und Herren

<b>Kursleitung</b>	<b>Erika Nouraie</b>	
<b>Kurstage</b>	Dienstag	
<b>Kurszeit</b>	a) 09:00 bis 10:00 Uhr b) 10:00 bis 11:00 Uhr c) 11:00 bis 12:00 Uhr	
<b>Kursort</b>	Ev. Thomaskirchengemeinde, Richard-Wagner-Straße 88	
<b>Bushaltestelle Linie</b>	Humperdinckstr. / Eigenheim 8 A	
<b>Kursabschnitt</b>	<b>3 - 2022</b>	<b>4 - 2022</b>
<b>Kursbeginn und Ende</b>	05.07. bis 27.09.2022	18.10. bis 13.12.2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 05., 12., 19., 26. Aug. 02., 09. Sept. 06., 13., 20., 27. <b>Anzahl: 10</b>	Okt. 18., 25. Nov. 01., 08., 15., 22., 29. Dez. 06., 13. <b>Anzahl: 9</b>
<b>Kursgebühr</b>		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	40,00 €	36,00 €
- Partnerpaar	68,00 €	62,00 €
- für Gäste	68,00 €	62,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	8	8
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Erika Nouraie</b> <b>☎ 0611 - 37 64 60</b>	

## Gymnastik



### Kurs 03 - Morgengymnastik nur für Damen

<b>Kursleitung</b>	Ingrid Löw (übergangsweise)	
<b>Kurstage</b>	Mittwoch	
<b>Kurszeit</b>	10:30 bis 11:30 Uhr	
<b>Kursort</b>	Matthäus-Kirchengemeinde, Daimlerstraße 15	
<b>Bushaltestelle Linien</b>	Carl-von-Linde-Straße 4, 14, 17, 23, 24, 27	
<b>Kursabschnitt</b>	<b>3 - 2022</b>	<b>4 - 2022</b>
<b>Kursbeginn und Ende</b>	06.07. bis 28.09.2022	05.10. bis 14.12.2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 06., 13., 20., 27. Aug. 03., 10., 17., 31. Sept. 07., 14., 21., 28. <b>Anzahl: 12</b>	Okt. 05., 12. 19. Nov. 02., 09., 23., 30. Dez. 07., 14. <b>Anzahl: 9</b>
<b>Kursgebühr</b>		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	54,00 €	41,00 €
- Partnerpaar	93,00 €	70,00 €
- für Gäste	93,00 €	70,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	8	8
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Ingrid Löw</b> <b>☎ 0611 – 84 42 53</b>	

## Gymnastik



### Kurs 04 – Ganzkörper-Gymnastik für Damen und Herren

<b>Kursleitung</b>	Ingrid Löw (übergangsweise)	
<b>Kurstage</b>	Donnerstag	
<b>Kurszeit</b>	10:00 bis 11:00 Uhr	
<b>Kursort</b>	Haus der Heimat, Friedrichstraße 35 Keller II	
<b>Bushaltestelle Linien</b>	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...	
<b>Kursabschnitt</b>	<b>3 - 2022</b>	<b>4 - 2022</b>
<b>Kursbeginn und Ende</b>	07.07. bis 29.09.2022	06.10. bis 15.12.2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 07., 14., 21, 28. Aug. 04., 11., 18. Sept. 01., 08., 15., 22., 29. <b>Anzahl: 12</b>	Okt. 06., 13., 20. Nov. 03., 10., 24. Dez. 01., 08., 15. <b>Anzahl: 9</b>
	36,00 € 62,00 € 62,00 €	27,00 € 46,00 € 46,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	8	8
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Ingrid Löw</b> <b>0611 – 84 42 53</b>	



## Gymnastik

### Kurs 05 – Rückengymnastik für Damen und Herren


<b>Kursleitung</b>	Gertrud Schneiders	
<b>Kurstage</b>	Freitag	
<b>Kurszeit</b>	09:30 bis 10:30 Uhr	
<b>Kursort</b>	Martin-Hörner-Zentrum in Wiesbaden-Biebrich, Galatea-Anlage	
<b>Bushaltestelle Linien</b>	Robert-Krekel-Anlage 4, 14, 38, 39	
<b>Kursabschnitt</b>	<b>3 - 2022</b>	<b>4 - 2022</b>
<b>Kursbeginn und Ende</b>	01.07. bis 30.09.2022	07.10. bis 23.12.2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 01., 08., 15., 22., 29. Aug. 05., 12., 19., 26. Sept. 02., 09., 16., 30 <b>Anzahl: 13</b>	Okt. 07., 14., 21., 28. Nov. 04., 11., 18., 25. Dez. 02., 09., 16., 23. <b>Anzahl: 12</b>
<b>Kursgebühr</b>		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	39,00 €	36,00 €
- Partnerpaar	67,00 €	62,00 €
- für Gäste	67,00 €	62,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Gertrud Schneiders</b> <b>☎ 0157 – 33 94 32 06</b>	

## Yoga

Yoga wirkt direkt auf den Körper, macht ihn beweglicher, geschmeidiger und hilft ein gesundes Körpergefühl zu entwickeln. Körperübungen (Asanas) in Verbindung mit der Atmung (Pranayama): Dehnung, Kräftigung, Konzentration, Entspannung und Meditation. Die körperliche und geistige Wirkung des Yoga stabilisiert den Menschen, erhöht das allgemeine Wohlbefinden, lässt uns gelassener und ruhiger werden.

*Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, evtl. Kissen.*



<b>Kursleitung</b>	<b>Elke Kahlmann</b>	
<b>Kurstage</b>	Dienstag	
<b>Kurszeit</b>	18:15 bis 19:15 Uhr	
<b>Kursort</b>	Saal der Versöhnungsgemeinde Kirchbachstr. 44	
<b>Bushaltestelle Linien</b>	Bierstadt-Wartestraße 17, 21, 22, 23, 24, 37	
<b>Kursabschnitt</b>	<b>3 - 2022</b>	<b>4 - 2022</b>
<b>Kursbeginn und Ende</b>	12.07. bis 30.08.2022	04.10. bis 13.12.2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 12., 19., 26. Aug. 02., 09., 16., 23., 30. Sept. -- <b>Anzahl: 8</b>	Okt. 04., 11., 18., 25. Nov. 01., 22., 29. Dez. 06., 13. <b>Anzahl: 9</b>
<b>Kursgebühr</b>		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	57,00 €	64,00 €
- Partnerpaar	97,00 €	110,00 €
- für Gäste	97,00 €	110,00 €
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Elke Kahlmann</b>  0611 – 30 35 15	



## QiGong

Langsame, fließende Bewegungen mobilisieren die Gelenke und führen zur Kräftigung und Entspannung des gesamten Organismus. Dabei werden Atmung, Konzentration und Bewegung aufeinander abgestimmt.

<b>Kursleitung</b>	<b>Jürgen Matten</b>	
<b>Kurstage</b>	Freitag	
<b>Kurszeit</b>	10:00 bis 11:00 Uhr	
<b>Kursort</b>	Haus der Heimat, Friedrichstraße 35 Keller II	
<b>Bushaltestelle Linien</b>	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27	
<b>Kursabschnitt</b>	<b>3 - 2022</b>	<b>4 - 2022</b>
<b>Kursbeginn und Ende</b>	01.07. bis 16.09.2022	14.10. bis 23.12.2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 01., 08., 15., 22., 29. Aug. 05., 12., 19., 26. Sept. 02., 09., 16.	Okt. 14., 21., 28. Nov. 04., 11., 18., 25. Dez. 02., 09., 16., 23.
	<b>Anzahl: 12</b>	<b>Anzahl: 11</b>
<b>Kursgebühr</b>		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	62,00 €	57,00 €
- Partnerpaar	105,00 €	96,00 €
- für Gäste	105,00 €	96,00 €
<b>Mindestteilnehmerzahl:</b>	<b>5</b>	
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Jürgen Matten</b> <b>☎ 0611 – 1 81 74 85</b>	




# Tanzen

## Gesellige Tänze für Seniorinnen und Senioren

<b>Kursleitung</b>	<b>Isolde Blödown</b>	
	<b>Kurs 1</b>	<b>Kurs 2</b>
<b>Kurstage</b>	Donnerstag	Freitag
<b>Kurszeit</b>	15:30 bis 17:00 Uhr	14:00 bis 15:30 Uhr
<b>Kursbeginn und -ende</b>	07.07. bis 15.12.2022	01.07. bis 16.12.2022
<b>Kurstermine</b>	Juli 07., 14., 21., 28. Aug. 04., 11., 18. Sept. 01., 08., 15., 22., 29. Okt. 06., 13., 20., 27. Nov. 03., 10., 17., 24. Dez. 01., 08., 15.	Juli 01., 08., 22. Aug. 05., 12., 19. Sept. 02., 09., 16., 23., 30. Okt. 07., 14., 28. Nov. 04., 11., 18., 25. Dez. 02., 09., 16.
<b>Kursort</b>	Haus der Heimat Friedrichstr. 35, Keller II	
<b>Bushaltestelle Linien</b>	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...	
<b>Kursgebühr</b>	Mitglieder 1,00 € je Termin Gäste 2,00 € je Termin	

**Auskunft und Anmeldung**

**Isolde Blödown**  
 **0173 – 7 11 76 08**



Rote Lichtnelke



Gewöhnliche Goldnessel



Sumpfdotterblume



Kornblume



Gemeiner Löwenzahn



Große Sternmiere



Gemeiner Löwenzahn (Knospe)



Echtes Johanniskraut



Gelbes Windröschen



Chinesische Radschnecke



Waldmeister



Wiesenschaukraut



Walderdbeere



Knolliger Hahnenfuß



Gemeiner Löwenzahn, Pustelblume



Waldsauerklee



Gemeiner Huflattich



Hundsrose



Bornholmmargerite

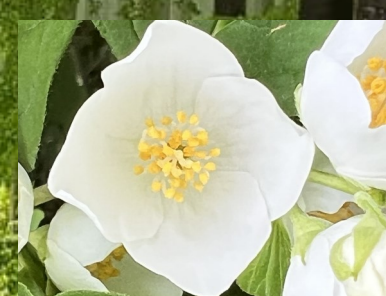


Buschwindröschen

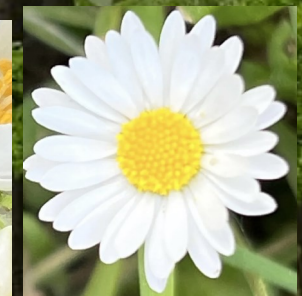
Fundsachen auf den  
Wanderungen des  
Kneipp-Vereins im  
Taunus und im Harz



Kleines Immergün



Falscher Jasmin



Gänseblümchen





# Gesang

## Singen von Volksliedern und Kanons

<b>Kursleitung</b>	<b>Anne Kessler</b>
<b>Kurstage</b>	Donnerstag
<b>Kurszeit</b>	17:00 bis 18:30 Uhr
<b>Kursbeginn und -ende</b>	07.07. bis 15.12.2022
<b>Kurstermine</b>	<p>Juli 07., 14., 21., 28.          Aug. 04., 11., 18., 25.          Sept. 01., 08., 15., 22., 29.          Okt. 06., 13., 20., 27.          Nov. 03., 10., 17., 24.          Dez. 01., 08., 15.</p>
<b>Kursort</b>	<p>Haus der Heimat          Friedrichstr. 35,          Wappensaal (Hinterhaus)</p>
<b>Bushaltestelle Linien</b>	<p>Kirchgasse          2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...</p>
<b>Kursgebühr</b>	Mitglieder und Gäste kostenlos
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<p><b>Anne Kessler</b>          ☎ <b>06131 – 59 36 75</b></p>

## Wandern - Kurzstrecken

### Wanderungen mit Gleichgesinnten

gemächliches Wandertempo ca. 2 Stunden;  
Schlusseinkehr möglich.



Datum <i>jeweils Dienstag</i>	Start-zeit	Treffpunkt Haltestelle, Bussteig	Buslinie	Ziel
05.07. + 12.07.22	10.28	Dern'sches Gelände B	24	Rheinblick
19.07. + 26.07.22	10.25	Wilhelmstraße	1	Nerotai
02.08. + 09.08.22	10.04	Schwalbacher Str./ LuisenForum C	271	Eiserne Hand
16.08. + 23.08.22	10.29	Wilhelmstraße	21	Naurod
30.08. + 06.09.22	10.30	Platz der Dt. Einheit B	4	Simeonhaus
13.09. + 20.09.22	10.30	Wilhelmstraße	8	Bahnholz
27.09. + 04.10.22	10.28	Dern'sches Gelände B	24	Frauenstein
11.10. + 18.10.22	10.29	Wilhelmstraße	21	Erbsenacker
25.10. + 01.11.22	10.24	Hauptbahnhof A	6	Mainz
08.11. + 15.11.22	10.25	Schwalbacher Str./LuisenForum C	6	Nordfriedhof
22.11. + 29.11.22	10.34	Wilhelmstraße	23	Am Wiesenhang
06.12. + 13.12.22	10.26	Dern'sches Gelände B	5	Schierstein
20.12. + 27.12.22	10.31	Schwalbacher Str./LuisenForum C	33	Fasanerie

*Bitte Abfahrtszeiten anhand der neuesten ESWE-Fahrpläne überprüfen.*

#### Kosten

Für Mitglieder kostenlos. Gäste können zur Probe bis dreimal kostenlos mitwandern. Danach wird der Eintritt in unseren Verein erwartet.

#### Auskunft und Anmeldung

**Renate Schmidt** ☎ 0611 – 3 60 97 04

**Christa Hof** ☎ 0611 – 9 87 31 67



## Wanderungen mit Franz Bayer

- Normaler Wanderschritt.
- Wanderzeit etwa 3 bis 4 Stunden, Strecken ca. 10 bis 15 km.
- Bitte einen Imbiss und Getränk einpacken!!
- Auf Wunsch ist eine Schlusseinkkehr möglich.

Datum <i>jeweils Mittwoch</i>	Wanderstrecke / Ziel	Zeitpunkt des Treffens	Treffpunkt, Anreise, Verkehrslinie
20.07.2022	Wiesbaden-Breckenheim Baha'i-Tempel in Langenhain - Medenbach - Auringen (ca. 12 km)	09.32	Luisenplatz, mit Linie 23 nach Breckenheim
07.09.2022	Eiserne Hand - Schläferskopf - Wassertretanlage Chausseehaus – Kohlheck (ca. 9 km)	9:42	Platz d. Dt. Einheit (D), mit Linie 274 auf die Eiserne Hand
19.10.2022	Hausen v. d. H. - Hallgarter Zange - Oestrich-Winkel (ca. 13 km)	08.48	Platz d. Dt. Einheit (D), mit L. 171 nach Eltville (Bh.), von dort mit L. 173 nach Hausen v.d.H.
09.11.2022	WI-Heßloch - Hockenberger Mühle - Kloppenheim - WI- Bierstadt (ca. 9 km)	09:42	Luisenplatz, mit Linie 24 nach Heßloch
07.12.2022	Martinsthal - Frauenstein (ca. 7 km)	09:30	Platz d. dt. Einheit (B) mit Linie 5 nach Martinsthal


Den angegebenen Abfahrtszeiten liegen die z.Z. gültigen Fahrpläne zu Grunde. Diese Zeiten sind bei eventuellen Fahrplanänderungen zu überprüfen.

<b>Kosten</b>	Für Mitglieder kostenlos. Gäste können zur Probe bis dreimal kostenlos mitwandern. Danach wird der Eintritt in unseren Verein erwartet.
<b>Auskunft und Anmeldung</b>	<b>Franz Bayer, ☎ 0611 - 2 11 69</b> <i>Bitte telefonisch anmelden, spätestens 2 Tage vor Beginn der Wanderung.</i>
<b>Voraussetzung</b>	mindestens 6 Teilnehmer



## Wanderungen des Kneipp-Vereins Mainz

Der Kneipp-Verein Mainz führt ebenfalls schöne Wanderungen und Reisen durch:

Art und Zeitpunkt	Ansprechpartner /Ansprechpartnerin	Erreichbarkeit 
<b>Wandergruppe Sonntags</b>	Frau Schupp	0671 2916

## Kräuter- und Baumführungen mit Judith Klare

Die Natur bietet eine Fülle von Pflanzen, die zu einer gesunden Ernährung beitragen und insbesondere für Heilzwecke verwendet werden können. Frühere Generationen haben die Wirkstoffe der Pflanzen gekannt und ihre innewohnenden Heilkräfte in der Volksmedizin eingesetzt. Viel Wissen über die Eigenschaften der Pflanzen und Kräuter ist in unserer Zeit leider in Vergessenheit geraten. Sebastian Kneipp hat aber bereits vor über 150 Jahren die heilsame Wirkung vieler Heilkräuter erkannt und sie bei seinen Anwendungen verwandt. In den angebotenen Kräuterführungen werden Pflanzen und Kräuter, die an Wegen, Wiesen und in der Flur wachsen und die dem Wanderer begegnen, eingehend erläutert. Es werden Themen angesprochen, wie:



- Respektvolle Begegnung mit Pflanzen (auch per Meditation).
- Maßvolles Sammeln und richtiges Lagern und Konservieren gesammelter Pflanzen.
- Wo findet man jahreszeitlich welche Pflanzen und Kräuter?

- Erkennt man Pflanzen nach Aussehen (besondere Merkmale) und auch über die Sinne (Riechen, Schmecken, Fühlen).
- Welche besondere Heilwirkung besitzen Pflanzen und welche sind besonders für die genuss-/ernährungsmäßige Verwertung geeignet (Säfte, Salate, Brotaufstriche etc.).

Bäume haben eine ähnliche heilkundliche und kulinarische Wirkung wie Wild- und Heilkräuter, allerdings leben sie wesentlich länger – und wie wir Menschen. Bei den Kelten und Germanen waren Bäume Lehrer, Heiler und Beschützer. Bäume haben wie Kräuter ihren eigenen Charakter, diesen aufzuspüren, wie sie auf Körper, Geist und Seele wirken und was Baumheilkunde ist, ist unter anderem Thema der Baumführungen. Auch wird das Waldbaden angesprochen. Zu Beginn der Baumführung findet zur Einstimmung eine Baum-Meditation statt.

Fragen werden gern beantwortet. Die Dauer der Führungen beträgt etwa 2,5 Stunden.

Datum <i>jeweils Sonntag</i>	Startzeit	Ziel	Treffpunkt, <i>Anreise, Verkehrslinie ▼</i>
18.09.2022	14:00	Rambach, Kitzelberg umliegende Wege und Wiesen Kräuter- und Baumführung	Rambach, <i>Endhaltestelle Kitzelberg Linie 16</i>
16.10.2022	14:00	Nordfriedhof umliegende Wege und Wiesen Kräuter- und Baumführung	Hellkundweg <i>Endhaltestelle Linien 3, 6, 6A</i>

**Je Wanderung**

**Kosten**  
Mitglieder 8,00 €  
Gäste 10,00 €

**Auskunft und  
Anmeldung**

**Frau Judith Klare,**  
☎ **0151 – 28 76 23 78 oder 0611 – 33 48 19 00**  
[www.wildkrauterspaziergang-mit-judith-wiesbaden.de](http://www.wildkrauterspaziergang-mit-judith-wiesbaden.de)



Das städtische **Sportamt** führt im Jahr 2022 bereits zum 53. Mal in Kooperation mit Wiesbadener Vereinen die "Wiesbadener Wandertage" durch. Coronabedingt war das in den Jahren 2020 und 2021 leider nicht möglich. Bei den geplanten Veranstaltungen in 2022, die jeweils an Sonn- oder Feiertagen stattfinden, werden auf unterschiedlichen Rundkursen einzelne, reizvolle Stadtgebiete "erwandert".

- Länge der Wanderstrecke: jeweils ca. 10 km
- Teilnehmergebühr: 2,00 €
- Startzeit: von 8 bis 13 Uhr
- Zielschluss: 16 Uhr

### **Wandertermine im zweiten Halbjahr 2022:**

Datum	Veranstalter	Start / Ziel	Erreichbarkeit ÖPNV
24.07.2022	PSV-Grün-Weiß Wiesbaden	Sportplatz Kleinfeldchen Hollerbornstr. 13 Imbiss bei Kosta	Linien 4, 17, 23, 24, 27, 45, 57, N4 (Haltestelle Kleinfeldchen)
14.08.2022	Rhein-Taunus-Klub	Grillhütte am Jagdschloss Platte, Platter Straße	Linie 30 (Haltestelle Jagdschloss Platte)
<b>04.09.2022</b>	<b>Kneipp-Verein Wiesbaden</b>	<b>Neues Schützenhaus Schützenhausweg 1</b>	<b>Linie 33 (Haltestelle Fasanerie)</b>
09.10.2022	Naturfreunde in Wiesbaden	Naturfreundehaus Heidehäuschen, Freudenbergstraße 421	Linie 23 (Haltestelle Märchenland)
16.10.2022	TUS Rambach	Sportplatz Rambach, Trompeterstr. 51	Linie 16 (Haltestelle Trompeterstraße)



## **Gemeinsamer Stammtisch mit dem Biochemischen Verein Wiesbaden und Umgebung e.V.**

Der Stammtisch trifft sich regelmäßig am zweiten Mittwoch eines Monats, ab 15 Uhr (zum gemütlichen Kaffeeklatsch gerne auch etwas früher) im Café der Orangerie-Aukamm, Weinreb 23, 65191 Wiesbaden-

Zu Beginn wird jeweils von einem Referenten in ein bestimmtes medizinisches Thema eingeführt. Anschließend besteht die Möglichkeit, darüber zu diskutieren, Fragen zu stellen und Erfahrungen auszutauschen.

Folgende Termine und Themen sind vorgesehen:

13.07.2022	Wenn der Kopf zerspringt, Kopfschmerz-Migräne, welche Schmerzmittel? Wechselwirkungen !?
10.08.2022	Darm in Not - das Reizdarmsyndrom
14.09.2022	Warum unser Gehirn am liebsten links schläft?
12.10.2022	Hilfe bei trockenem Auge - als Nebenwirkung von Arzneimitteln !!

Informationen über den Biochemischen Verein ► <https://bio-verein.de/>

**Auskunft:** Almut Kühn, Am Weißen Stein 14, 65529 Bad Waldems

**☎ 0 61 26 - 54 25**

## Kursleiterinnen und -leiter

<b>Bayer, Franz</b>	Wandern	☎ 0611 - 2 11 69
<b>Blödown, Isolde</b>	Tanzen	☎ 0173 - 7 11 76 08
<b>Kahlmann, Elke</b>	Yoga	☎ 0611 - 30 35 15
<b>Kessler, Anne</b>	Singen	☎ 06131 - 59 36 75
<b>Klare, Judith</b>	Kräuterwandern	☎ 0151 - 28 76 23 78
<b>Löw, Ingrid</b>	Gymnastik	☎ 0611 – 84 42 53
<b>Matten, Jürgen</b>	QiGong	☎ 0611 – 1 81 74 85
<b>Nourai, Erika</b>	Gymnastik	☎ 0611 - 37 64 60
<b>Schindler, Anne</b>	Gymnastik	☎ 06123 - 7 05 68 07
<b>Schneiders, Gertrud</b>	Gymnastik	☎ 01573 - 3943206

## Veranstaltungsorte - alle in Wiesbaden -

Gaststätte „Alt-Wiesbaden“	Kurt-Schumacher-Ring 17
Martin-Hörner-Zentrum	Wi- Biebrich, Galatea-Anlage
Ev. Thomasgemeinde Gemeindezentrum	Richard-Wagner-Str. 88
Matthäus-Kirchengemeinde Gemeindezentrum	Daimlerstr. 15
Haus der Heimat	Friedrichstraße 35
Versöhnungsgemeinde	Kirchbachstr. 44
Café der Orangerie-Aukamm	Weinreb 23



## Regeln und Informationen für die Teilnahme an Kursen

- Die angebotenen Veranstaltungen können auch von Nichtmitgliedern besucht werden.
- Die Kursentgelte für Mitglieder sind ermäßigt. Die Ermäßigungen werden auch den Mitgliedern der Kneipp-Vereine Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V. und Mainz gewährt (auf Gegenseitigkeit).
- Das jeweilige Kursentgelt ist am 1. Tag des Kursbeginns fällig.
- Für ausgefallene Kurse und Veranstaltungen wird das gezahlte Kursentgelt erstattet.
- Bei Kurseintritt nach Beginn eines Kurses ist nur die Kursgebühr für die restlichen Kurstermine anteilig zu zahlen, aufgerundet auf volle Euro.
- Der Kneipp-Verein behält sich Programmänderungen (Kurszeiten und Veranstaltungsorte) vor.
- Die Kursteilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

## Hinweis auf Angebote benachbarter Kneipp-Vereine

Auch die benachbarten Kneipp-Vereine bieten eine Vielzahl interessanter Aktivitäten und Veranstaltungen an. Wir machen ausdrücklich darauf aufmerksam.

- **Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.**  
Ausführliche Informationen finden Sie im Internet unter:  
<http://www.kneipp-verein-bad-schwalbach.de>
- **Kneipp-Verein Mainz**  
Das aktuelle Programm können Sie über folgende Internetadresse einsehen:  
<http://www.kneippbund-rheinland-pfalz.de>

Bei diesen Veranstaltungen genießen Mitglieder des Kneipp-Vereins Wiesbaden die gleichen Vorteile wie die dortigen Mitglieder.

## Informationen zum Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.

### Der Vorstand

Ulrich Winkelmann	1. Vorsitzender	☎ 0611 – 52 76 62
Horst Maiwald	2. Vorsitzender	☎ 0175 – 5 76 02 69
Wilfried Merzbach	Schatzmeister	☎ 0176 – 70 88 49 95
Wolfgang Bronz	Schriftführer	☎ 0611 – 8 76 76

### Büro

Bismarckring 3, 65183 Wiesbaden  
Erreichbarkeit

☎	0611 – 37 07 05
Fax	0611 – 3 34 91 08
E-Mail	info@kneipp-wiesbaden.de
Montag	10:00 bis 11:30 Uhr
Mittwoch	16:30 bis 18.00 Uhr

Bürozeiten

### Internet-Adresse

[www.kneipp-wiesbaden.de](http://www.kneipp-wiesbaden.de)

### Bankverbindung

Wiesbadener Volksbank  
Konto 88 187 03 BLZ 510 900 00  
IBAN: DE90 5109 0000 0008 8187 03  
BIC: WIBADE5W

### Mitgliedschaft

Der Kneipp-Verein Wiesbaden ist Mitglied im Dachverband des Kneipp-Bundes. Mitglieder des Vereins erhalten von dort das **Kneipp-Journal** (*jährlich 6-mal*), außerdem einen Mitgliedsausweis (berechtigt zu Ermäßigungen in den Kneipp-Häusern in Bad Wörishofen und Bad Lauterberg/Harz).

### Mitgliedsbeiträge

Einzelmitgliedschaft	40 € /Jahr
Familienmitgliedschaft	50 € /Jahr

Bei Vereinsbeitritt nach Juni eines Jahres wird nur der halbe Mitgliedsbeitrag erhoben. Die Mitgliedsbeiträge sind bis zum 31.01. eines Jahres fällig. Sie werden i.d.R. per Banklastschrift erhoben.

Gläubiger-ID des Vereins für SEPA-Lastschriften: DE80KVV0000721470

### Kündigung

Die Kündigung der Mitgliedschaft ist laut Vereinssatzung nur zum Ende eines Kalenderjahres möglich. Die Kündigungsfrist beträgt 3 Monate. Für ein laufendes Jahr ist eine Kündigung folglich nur bis zum 30.09. möglich. Kündigungen können schriftlich oder auch per E-Mail erfolgen.

# Aufnahmeantrag

Mitglieds-Nummer/  
Madratsreferenz-Nr.

Hiermit beantrage ich/wir die Mitgliedschaft im



Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.  
Bismarckring 3 • 65183 Wiesbaden  
0611 – 370705

Gläubiger-ID

DE80KVW00000721470

Monat

Jahr

Geworben durch

ab 01.

## Konditionen:

- Mitgliedsbeitrag jährlich für Einzelpersonen 40,00 €
- Mitgliedsbeitrag jährlich für Familien und Institutionen/Firmen 50,00 €
- Mindestmitgliedschaft 1 Jahr

Name	Vorname	Geburtsdatum	
<b>bei Familienmitgliedschaft:</b> Ehegatte und Kinder (weitere Kinder bitte unten eintragen): Familienmitglieder können auch Elternteile, Geschwister oder Kinder in Wohngemeinschaften sein.			
Name	Vorname	Geburtsdatum	
Name	Vorname	Geburtsdatum	
<b>Anschrift, Erreichbarkeit</b>			
PLZ, Ort	Straße, Hausnummer	Telefon-Nr.	E-Mail-Adresse / Fax-Nr.

Der Bezug der Zeitschrift „Kneipp-Journal“ vom Kneipp-Bund ist in der Mitgliedschaft enthalten.

**Kündigung ist drei Monate zum Jahresende möglich.**

Mit dem Aufnahmeantrag erkenne ich die Satzung des Kneipp-Vereins in der jeweils gültigen Fassung an.

Ich/Wir bin/sind damit einverstanden, dass die oben von mir eingetragenen personenbezogenen Daten unter Beachtung der Datenschutzgesetze gespeichert und verarbeitet werden. Die Nutzung erfolgt ausschließlich für satzungsgemäße Zwecke des Kneipp-Vereins und des Kneipp-Bundes e.V. mit seinen Untergliederungen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte z.B. für Werbezwecke findet nicht statt.

Diese Einwilligung kann/können ich/wir jederzeit ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft durch eine Anzeige an den Kneipp-Verein und den Kneipp-Bund e.V. widerrufen (es genügt jeweils eine E-Mail).

*Die Informationen des Kneipp-Vereins Wiesbaden e.V. zum Umgang mit den Daten gemäß Art.13 DS-GVO werden der Bestätigung der Aufnahme in den Verein beigelegt.*

## Einzugsermächtigung / SEPA-Lastschrift-Mandat

Ich ermächtige den Kneipp-Verein Wiesbaden, die Jahresmitgliedsbeiträge mittels Lastschrift von meinem nachfolgenden Konto einzuziehen. Ich bin damit einverstanden, dass mein Kreditinstitut die von dem Verein gezogenen Lastschriften einlöst.

**Hinweis:** Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

### Bankverbindung / neue Bankverbindung

Konto-Nummer	Bankleitzahl	Bankbezeichnung
IBAN (International Bank Account Number)		BIC (Bank Identifier Code)
DE	__	__

Datum	Unterschrift/Unterschriften	Bearbeitungsvermerke
		IT-Erfassung (Dat, Hz)
		Meldung an Kneipp-Bund (bei Anschriftenänderung)

*Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.  
Gemeinnütziger Verein für naturgemäße Lebens- und Heilweise*

**Kneipp** Verein  
aktiv & gesund

wvb.de

**Zusammenhalten ist immer noch  
die beste Zukunftsstrategie.**

**Morgen  
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Gerade in der heutigen Zeit braucht die Welt wieder mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die trotz Herausforderungen den Mut finden, die Zukunft in die Hand zu nehmen: Ideenhäber und Anpacker, Familien und Planeschmiedler, Mitbestimmer, Unternehmer und Alltagshelden. Gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen: Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.

Wiesbadener  
Volksbank 

### *Versagen der Heilkunde*

*Ein Mensch, der von der Welt Gestank,  
Seit längerer Zeit schwer nasenkrank,  
Der weiterhin auf beiden Ohren  
Das innere Gehör verloren,  
Und dem zum Kotzen ebenfalls  
Der Schwindel raushängt schon zum Hals  
Begibt sich höflich und bescheiden  
Zum Facharzt für dergleichen Leiden.  
Doch dieser meldet als Befund,  
Der Patient sei kerngesund.  
Die Störung sei nach seiner Meinung  
Nur subjektive Zwangerscheinung.  
Der Mensch verlor auf dieses hin  
Den Glauben an die Medizin.*

*Eugen Roth*

<b>Impressum</b>	
Herausgeber	Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.
Vereinsregister	VR 1126
Verantwortlich für den Inhalt	Ulrich Winkelmann, Horst Maiwald
Layout, Fotos und Erstellung	Kneipp-Bund (Cover), Horst Maiwald
Druck	Reintjes Printmedien GmbH, Kleve
	Das Programm erscheint halbjährlich.



## *Kneipp-Wassertretanlage Aukammtal*



### **Wegbeschreibung**

Wiesbaden, Aukammallee, gegenüber Einmündung Hedwigstrasse  
oder vom Thermalbad 50 m in südlicher Richtung durch den Park.  
Buslinie 18 bis Thermalbad.



# WIR TRAGEN VERANTWORTUNG.

Unsere Stadt lebt von Energie. Und die kommt in Wiesbaden von der ESWE Gruppe: Damit Strom, Wärme und Wasser fließen, sind unsere Kolleginnen und Kollegen rund um die Uhr im Einsatz – 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr. Bei Wind und Wetter. Professionell, zuverlässig, gewissenhaft und mit Begeisterung. Das ist unser Verständnis von Daseinsvorsorge. Die ESWE Gruppe hält Wiesbaden am Laufen.