

PROGRAMM

1. Halbjahr 2024

 Verein
Kneipp
aktiv & gesund

Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.

**Kneippen
ist Kult**

 **Immaterielles
Kulturerbe**
Wissen. Können. Weitergeben.

Eintrag im
Bundesweiten Verzeichnis
Kulturerbe –
traditionelles Wissen und Praxis
nach der Lehre Sebastian Kneipps



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,

hiermit informieren wir über unsere Angebote für das Erste Halbjahr 2024. Besonders machen wir auf unsere Vereins- und Wanderreise nach Bad Mergentheim im schönen Taubetal aufmerksam. Diese Reisen für besonders Wanderlustige und für ... Andere, für die jeweils unterschiedliche Programme entwickelt werden, sind immer schnell ausgebucht. Wenn Sie Interesse haben – sichern Sie sich möglichst früh einen Platz.

Lassen Sie auch die in diesem Heft angebotenen anderen 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 Heftes vor.

Der Vorstand

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

Reisen

Vereinsfahrt und Wanderwoche in Bad Mergentheim im schönen Taubertal vom 28. April bis zum 05. Mai 2024

“*Wir wollen zu Land ausfahren*“. Wir laden herzlich zu unserer kombinierten Vereinsfahrt/Wanderwoche vom 28. 04. bis zum 05. 05. 2024 nach Bad Mergentheim ein. Dort werden wir im “**Vitalhotel König**“ wohnen und durch halbtägige Wanderungen das schöne Taubertal und die herrliche Umgebung erkunden sowie interessante Besichtigungen vornehmen. Die Anreise nach Bad Mergentheim und Rückfahrt nach Wiesbaden erfolgt per Bus (von einer Anreise mit eigenem Auto ist abzusehen, da sonst die Kalkulation der Reisekosten/Person nicht aufgeht).

Die **Busfahrkosten** betragen (für Vereinsmitglieder) pro Person **65,00 €**. Diese Kosten sind mit der Anmeldung an unseren Verein unter Angabe “Reise Bad Mergentheim 2024“ zu überweisen.

Der Halbpensionspreis für 7 Übernachtungen im Hotel König beträgt bei Unterbringung

- im Einzelzimmer = 567,00 € /Person
- im Doppelzimmer = 490,00 € /Person

Enthalten sind folgende Leistungen:

- Zimmer mit Dusche/WC
- Halbpension (Frühstücksbüffet, Mittagssnack, Abendessen mit vielen regionalen hochwertigen Produkten)
- Freie Nutzung von Hallenbad und Sauna-Bereich (07 bis 22 Uhr).

Zum genannten Pensionspreis kommt noch die Kurtaxe von 2,95 €/Tag hinzu - dem stehen vielfältige Gegenleistungen gegenüber.

Diese Kosten sind im Hotel von jedem Teilnehmer/Teilnehmerin selbst zu bezahlen.

Nichtmitglieder zahlen auf die vorgenannten Busfahrkosten und auf den Pensionspreis einen Aufschlag. Deshalb sind von Nichtmitgliedern mit der Anmeldung **75,00 € für die Busfahrt an unseren Verein zu überweisen.**

Im Kurhotel König können auf eigene Kosten zusätzliche Kur- und Wellnessanwendungen, insbesondere auch Kuranwendungen nach Kneipp hinzugebucht werden.

Für Ihre Anmeldung bitte den Vordruck auf der folgenden Seite verwenden.

Anmeldeschluss für diese Reise ist der 20. Februar 2024



Vitalhotel König



Vitalhotel König - Schwimmbecken



Bad Mergentheim - Kurpark

Reiseanmeldung

für die Wander- und Vereinsreise des Kneipp-Vereins Wiesbaden e.V.
nach Bad Mergentheim,
vom **28. April bis zum 05. Mai 2024**

Ich erkläre hiermit verbindlich, dass ich an der Wander- und Vereinsreise nach Bad Mergentheim in der Zeit vom 28. April bis zum 05. Mai 2023 zu den beschriebenen Konditionen teilnehme.

Ich erkenne an, dass meine Teilnahme eigenverantwortlich / selbstschuldnerisch erfolgt. *Der Kneipp-Verein Wiesbaden e.V. tritt bei dieser Reise nur als Vermittler auf. Eventuelle Regressansprüche sind unmittelbar an das Busunternehmen bzw. an das Hotel zu richten.*

*Die **Kosten für den Bustransfer** nach Bad Breisig/Rhein und zurück nach Wiesbaden betragen*

- für **Vereinsmitglieder** je Person **65 €**
- für **Gäste** je Person **75 €**

Gleichzeitig mit dieser Anmeldung werde ich den betreffenden Betrag umgehend auf das unten angegebene Konto des Kneipp-Vereins Wiesbaden e.V. überweisen.

Mein Name und meine Anschrift / Erreichbarkeit:

Familienname, Vorname	Bei Doppelzimmerbuchung Familienname, Vorname der zweiten Person
PLZ, Wohnort	Straße, Hausnummer
Telefon	E-Mail-Adresse
Ich bin Mitglied im Kneipp-Verein	<input type="checkbox"/> Ich bin kein Mitglied im Kneipp-Verein.

Unterschrift:

Bitte senden an:

Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.
Bismarckring 3
65183 Wiesbaden

Kontoverbindung des Kneipp-Vereins
Wiesbaden:
Wiesbadener Volksbank
IBAN: DE90 5109 0000 0008 8187 03



Vorträge

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

Termin jeweils Dienstag	Thema, Referent
16.01.2024	Katzenkratzkrankheit <i>Oft unerkannt und unterschätzt nach Katzenbiss oder -kratzer</i> Korinna Kissel, HP www.heilpraktikerin-kissel.de
20.02.2024	Einsatz naturheilkundlicher Therapien – <i>Darmgesundheit und Colon-Hydro-Therapie</i> Jennifer Lehmann, HP www.jennifer-lehmann.de
19.03.2024	Diagnose Demenz, was nun? Welche Formen der Demenz und welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es? Ute Kern-Müller , Leiterin der Altenhilfe Fachberatung Demenz, Diakonisches Werk Wiesbaden ute.kern-mueller@regionale-diakonie.de
16.04.2024	Aktuelles Thema und Referent unter www.naturheilforum-wiesbaden.org
21.05.2024	Gesund essen, gesund bleiben <i>Warum Tomaten dick machen?</i> Axel-Michael Möller , Dipl.-Ökotrophologe, 65388 Schlangenbad Axelmichaelm2@gmail.com
18.06.2024	Unterstützung und Stärkung des Immunsystems – <i>Mythos und Fakten über DMSO, MMS und CDL</i> Eckhard Anker , Ernährungscoach
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

Homepage: www.naturheilforum-wiesbaden.org

Gymnastik

Kurs 01 - Rückengymnastik für Damen und Herren

Kursleitung	Anne Schindler	
Kurstage	Montag	
Kurszeit	10:30 bis 11:30 Uhr	
Kursort	Martin-Hörner-Zentrum in Wiesbaden-Biebrich, Galatea-Anlage	
Bushaltestelle Linien	Robert-Krekel-Anlage 4, 14, 38, 39	
Kursabschnitt	1 - 2024	2 - 2024
Kursbeginn und Ende	08.01. bis 25.03. 2024	08.04. bis 17.06.2024
Kurstermine	Jan. 08., 15., 22., 29. Febr. 05., 19., 26. März 04., 11., 25. Anzahl: 10	April 08., 15., 22. Mai 06., 13., 27 Juni 03., 10., 17. Anzahl: 9
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	30,00 €	27,00 €
- Partnerpaar	51,00 €	46,00 €
- für Gäste	51,00 €	46,00 €
Mindestteilnehmer	8	8
Auskunft und Anmeldung	Anne Schindler ☎ 06123 – 7 05 68 07	

Gymnastik und Bewegung



Kurs 02 – Bewegung mit QiGong für Damen und Herren

Kursleitung	Jürgen Matten	
Kurstage	Dienstag	
Kurszeit	a) 09:15 bis 10:15 Uhr b) 10:15 bis 11:15 Uhr	
Kursort	Ev. Thomaskirchengemeinde, Richard-Wagner-Straße 88	
Bushaltestelle Linie	Humperdinckstr. / Eigenheim 8 A	
Kursabschnitt	1 - 2024	2 - 2024
Kursbeginn und Ende	09.01. bis 19.03.2024	16.04. bis 25.06.2024
Kurstermine	Jan. 09., 16., 23., 30. Febr. 06., 13., 20., 27. März 05., 12., 19. Anzahl: 11	April 16., 23., 30. Mai 07., 14., 21., 28. Juni 04., 11., 18., 25. Anzahl: 11
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	44,00 €	44,00 €
- Partnerpaar	75,00 €	75,00 €
- für Gäste	75,00 €	75,00 €
Mindestteilnehmerzahl	8	8
Auskunft und Anmeldung	Jürgen Matten ☎ 0611 – 1 81 74 85	

Gymnastik



Kurs 03 - Morgengymnastik nur für Damen

Kursleitung	Ingrid Löw	
Kurstage	Mittwoch	
Kurszeit	10:30 bis 11:30 Uhr	
Kursort	Matthäus-Kirchengemeinde, Daimlerstraße 15	
Bushaltestelle Linien	Carl-von-Linde-Straße 4, 14, 17, 23, 24, 27	
Kursabschnitt	1 - 2024	2 - 2024
Kursbeginn und Ende	10.01. bis 20.03.2024	03.04. bis 05.06.2024
Kurstermine	Jan. 10., 17., 24., 31. Febr. 07., 14., 21., 28. März 06., 13., 20. Anzahl: 11	April 03., 10., 17., 24. Mai 08., 15., 22., 29. Juni 05. Anzahl: 9
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	50,00 €	41,00 €
- Partnerpaar	85,00 €	70,00 €
- für Gäste	85,00 €	70,00 €
Mindestteilnehmerzahl	8	8
Auskunft und Anmeldung	Ingrid Löw ☎ 0611 – 84 42 53	



Gymnastik


Kurs 04 – Ganzkörper-Gymnastik für Damen und Herren

Kursleitung	Ingrid Löw (übergangsweise)	
Kurstage	Donnerstag	
Kurszeit	10:00 bis 11:00 Uhr	
Kursort	Haus der Heimat, Friedrichstraße 35 Keller II	
Bushaltestelle Linien	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...	
Kursabschnitt	1 - 2024	2 - 2024
Kursbeginn und Ende	11.01. bis 21.03.2024	04.04. bis 06.06.2024
Kurstermine	Jan. 11., 18., 25. Febr. 01., 08., 15., 22., 29. März 07., 14., 21. Anzahl: 11	April 04., 11., 18., 25. Mai 02., 16., 23. Juni 06. Anzahl: 8
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	33,00 €	24,00 €
- Partnerpaar	57,00 €	41,00 €
- für Gäste	57,00 €	41,00 €
Mindestteilnehmerzahl	8	8
Auskunft und Anmeldung	Ingrid Löw 0611 – 84 42 53	



Gymnastik

Kurs 05 – Rückengymnastik für Damen und Herren

Kursleitung	Bernd Zapf	
Kurstage	Freitag	
Kurszeit	09:30 bis 10:30 Uhr	
Kursort	Martin-Hörner-Zentrum in Wiesbaden-Biebrich, Galatea-Anlage	
Bushaltestelle Linien	Robert-Krekel-Anlage 4, 14, 38, 39	
Kursabschnitt	1 - 2024	2 - 2024
Kursbeginn und Ende	05.01. bis 22.03.2024	05.04. bis 28.06.2024
Kurstermine	Jan. 05., 12., 19., 26. Febr. 02., 09., 16., 23. März 01., 08., 15., 22. Anzahl: 12	April 05., 12., 19., 26. Mai 03., 10., 17., 24., 31. Juni 07., 14., 21., 28. Anzahl: 13
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	36,00 €	39,00 €
- Partnerpaar	62,00 €	67,00 €
- für Gäste	62,00 €	67,00 €
Mindestteilnehmerzahl	8	8
Auskunft und Anmeldung	Bernd Zapf  0177 – 1 83 12 32	

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.



Kursleitung

Elke Kahlmann

Kurstage

Dienstag

Kurszeit

18:15 bis 19:15 Uhr

Kursort

Saal der Versöhnungsgemeinde
Kirchbachstr. 44

Bushaltestelle Linien

Bierstadt-Wartestraße
17, 21, 22, 23, 24, 37

Kursabschnitt

1 - 2024

2 - 2024

Kursbeginn und Ende

09.01. bis 12.03.2024

16.04. bis 18.06.2024

Kurstermine

Jan. 09., 16., 23., 30.
Febr. 06., 13., 20., 27.
März 05., 12.

April 16., 23., 30.
Mai 07., 14.
Juni 04., 11., 18.

Anzahl: 10

Anzahl: 8

Kursgebühr

- für Mitglieder

- Einzelmitglied

- Partnerpaar

- für Gäste

71,00 €

121,00 €

121,00 €

57,00 €

97,00 €

97,00 €

Auskunft und Anmeldung

Elke Kahlmann

☎ 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.

Kursleitung	Jürgen Matten	
Kurstage	Freitag	
Kurszeit	10:00 bis 11:00 Uhr	
Kursort	Haus der Heimat, Friedrichstraße 35 Keller II	
Bushaltestelle Linien	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27	
Kursabschnitt	1 - 2024	2 - 2024
Kursbeginn und Ende	12.01. bis 15.03.2024	19.04. bis 28.06.2024
Kurstermine	Jan. 12., 19., 26. Febr. 02., 09., 16., 23. März 01., 08., 15. Anzahl: 10	April 19., 26. Mai 03., 10., 17., 24., 31. Juni 07., 14., 21., 28. Anzahl: 11
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	40,00 €	44,00 €
- Partnerpaar	70,00 €	75,00 €
- für Gäste	70,00 €	75,00 €
Mindestteilnehmerzahl:	7	7
Auskunft und Anmeldung	Jürgen Matten ☎ 0611 – 1 81 74 85	



Tanzen

Gesellige Tänze für Seniorinnen und Senioren

Kursleitung	Isolde Blödown	
	Kurs 1	Kurs 2
Kurstage	Donnerstag	Freitag
Kurszeit	15:30 bis 17:00 Uhr	14:00 bis 15:30 Uhr
Kursbeginn und -ende	04.01. bis 27.06.2024	05.01. bis 28.06.2024
Kurstermine	Januar 04., 11., 18., 25. Februar 01., 15., 22., 29. März 07., 21., 28. April 04., 11., 18., 25. Mai 02., 16., 23. Juni 06., 13., 20., 27.	Januar 05., 12., 19., 26. Februar 02., 16., 23. März 08., 22. April 05., 12., 19., 26. Mai 03., 10., 17., 24., 31. Juni 07., 14., 21., 28.
Kursort	Haus der Heimat Friedrichstr. 35, Keller II	
Bushaltestelle Linien	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...	
Kursgebühr	Mitglieder 1,00 € je Termin Gäste 2,00 € je Termin	

Auskunft und Anmeldung

Isolde Blödown

☎ 0173 – 7 11 76 08



Gesang Singen von Volksliedern und Kanons

Kursleitung	Anne Kessler
Kurstage	Donnerstag
Kurszeit	17:00 bis 18:30 Uhr
Kursbeginn und -ende	11.01. bis 27.06.2024
Kurstermine	Januar 11., 18., 25. Februar 01., 08., 15., 22., 29. März 07., 14., 21. April 04., 11., 18., 25. Mai 02., 16., 23. Juni 06., 13., 20., 27.
Kursort	Haus der Heimat Friedrichstr. 35, Wappensaal (Hinterhaus)
Bushaltestelle Linien	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...
Kursgebühr	Mitglieder und Gäste kostenlos
Auskunft und Anmeldung	Anne Kessler ☎ 06131 – 59 36 75

Wandern - Kurzstrecken

Wanderungen mit Gleichgesinnten

gemächliches Wandertempo ca. 2 Stunden;
Schlusseinkehr möglich.



Datum <i>jeweils Dienstag</i>	Startzeit	Treffpunkt Haltestelle, Bussteig	Buslinie	Ziel
02.01. + 09.01.24	10.28	Dern'sches Gelände B	24	Rheinblick
16.01. + 23.01.24	10.25	Wilhelmstraße	1	Nerotall
30.01. + 06.02.24	10.26	Dern'sches Gelände B	5	Schierstein
13.02. + 20.02.24	10.29	Wilhelmstraße	21	Naurod
27.02. + 05.03.24	10.30	Platz der Dt. Einheit B	4	Waldviertel
12.03. + 19.03.24	10.30	Wilhelmstraße	8	Bahnholz
26.03. + 02.04.24	10.32	Schwalbacher Str. /LuisenForum C	33	Fasaneriestraße
09.04. + 16.04.24	10.29	Wilhelmstraße	21	Erbsenacker
23.04. + 30.04.24	10.28	Dern'sches Gelände B	24	Frauenstein
07.05. + 14.05.24	10.24	Hauptbahnhof A	6	Mainz
21.05. + 28.05.24	10.34	Wilhelmstraße	23	Am Wiesenhang
04.06. + 11.06.24	10.25	Schwalbacher Str. /LuisenForum C	6	Nordfriedhof
18.06. + 25.06.24	10.40	Schwalbacher Str./Luisenforum	274	Eiserne Hand

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 Undine

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

Datum <i>jeweils Mittwoch</i>	Wanderstrecke / Ziel	Treffpunkt  10 Min vor Abfahrt	Abfahrt, Verkehrsmittel + Linie
10.01.2024	Naurod – Kempf-Haus – Auringer Weiher – Naurod, ca. 12 km	Luisenplatz 	09:27  21
14.02.2024	Eltville – Martinsthal – Erbach – Eltville, ca. 12 km	Wi Hbf  Blumenstand	09:33 
13.03.2024	Domäne Mechtildshausen – Vogelnest – Käsbachtal – Kostheim-Maaraue, ca. 12 km	Wi-Hbf  (A)	09:34  28
10.04.2024	Assmannshausen – Rüdesheim (<i>Rheinsteig</i>), ca. 12 km	Wi Hbf  Blumenstand	09:33 
08.05.2024	Tst-Wehen – Wiesbaden (<i>Via Mattiacorum</i>), ca. 13 km	Pl. d. D. Einheit  (B)	09:56  270
12.06.2024	Darmstadt – 7-Hügelsteig, ca. 12 km	Wi Hbf  Blumenstand	09:16 


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

Kosten	Für Mitglieder kostenlos. Gäste können zur Probe bis dreimal kostenlos mitwandern. Danach wird der Eintritt in unseren Verein erwartet.
Auskunft und Anmeldung	Undine Lahaye, ☎ 0611 – 44 26 94 / ✉ u.lahaye@t-online.de <i>Bitte telefonisch anmelden, spätestens 2 Tage vor Beginn der Wanderung.</i>
Voraussetzung	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 
Wandergruppe Sonntags	Frau Schupp	0671 2916

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:

10.04.2024	Wie der Darm die Leber krank macht <i>Einführung: Julia Oels</i>
08.05.2024	Krebszellen mögen keine Himbeeren <i>Einführung: Alex-Michael Möller</i>
12.06.2024	Leber-und Galle-Beschwerden <i>Einführung: Helga Drews</i>
<i>Für die Themen gilt der Vorbehalt, dass die Referenten nicht ausnahmsweise verhindert sind.</i>	
<i>Es wird ein Beitrag zum Kuchen/Tee-Büffet erhoben.</i>	

Jeweils am 2. Mittwoch der Monate Januar, Februar und März ist ein offener Stammtisch ab 15.00 Uhr im Café "**Erste Sahne**" in Wiesbaden, August-Wolff-Str.21, geplant. Ein gemütliches Beisammensein mit Austausch über Anwendungen der Biochemischen Salze nach Dr.Schüßler.

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

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

 **0 61 26 - 54 252**

Kursleiterinnen und -leiter

Blödown, Isolde	Tanzen	☎ 0173 - 7 11 76 08
Kahlmann, Elke	Yoga	☎ 0611 - 30 35 15
Kessler, Anne	Singen	☎ 06131 - 59 36 75
Lahaye, Undine	Wandern	☎ 0611 – 44 26 94
Löw, Ingrid	Gymnastik	☎ 0611 – 84 42 53
Matten, Jürgen	QiGong	☎ 0611 – 1 81 74 85
Schindler, Anne	Gymnastik	☎ 06123 - 7 05 68 07
Zapf, Bernd	Gymnastik	☎ 0177 – 1 83 12 32

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	☎ 0170 - 6 97 59 48

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

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	
bei Familienmitgliedschaft: Ehegatte und Kinder (weitere Kinder bitte unten eintragen): Familienmitglieder können auch Elternteile, Geschwister oder Kinder in Wohngemeinschaften sein.			
Name	Vorname	Geburtsdatum	
Name	Vorname	Geburtsdatum	
Anschrift, Erreichbarkeit			
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)

Genau
mein
Ding!

Unser Ding ist -
Deine Geldanlage.

Die Experten unserer Vermögensverwaltung managen Deine Geldanlage und unterstützen Dich aktiv beim Vermögensaufbau.

Schon mit kleinen Beträgen erhältst Du mit dem **WVB BestInvest** oder dem **WVB BestInvest Plus** ein Rundum-Sorglos-Paket, damit Du Dich auf das fokussieren kannst, was Dir wirklich Spaß macht.



Jetzt informieren
auf:
wvb.de/bestinvest

Wiesbadener
Volksbank 

Die Mittel, welche das natürliche Heilverfahren beansprucht, beruhen in Licht, Luft, Wasser, Diät, Ruhe und Bewegung in ihren verschiedenen Anwendungsformen. Dinge, die, wenn sie normal vorhanden, den gesunden Organismus gesund erhalten und wieder gesund machen können, wenn er erkrankt ist .

Sebastian Kneipp

Herausgeber	Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.
Vereinsregister	VR 1126
Verantwortlich für den Inhalt	Horst Maiwald
Layout, Fotos und Erstellung	Kneipp-Bund (Cover), Horst Maiwald
	Das Programm erscheint halbjährlich.



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.



ESWE 
Versorgung



**Bist Du
dabei?**

„Faszination Wasser“ – die GeoTour

Eine Abenteuerjagd durch unsere Natur

Wir haben für Euch eine aufregende GPS-Schnitzeljagd über fünf Stationen durch ein besonders schönes Stück Wiesbadener Natur zusammengestellt. Dein Köpfchen und Dein Geschick sind gefragt.

An jedem neuen Wegpunkt gibt es außerdem interessante Informationen und allerlei Wissenswertes zum lebenswichtigen Nass. Ein Muss für jeden Geocacher (und alle, die es werden wollen)!



Wir wünschen allen viel Spaß und Erfolg!

www.geocaching.com/play/geotours/faszinationwasser