

Gesundheitstag an der Erlöserkirche

Samstag – 17.09. von 14-18 Uhr
im evangelischen Gemeindehaus

14 Uhr Indian Balance – Schnupperstunde
Mit sanften fließenden Bewegungen zum Wohlfühl.
Anmeldung: Mona Willkommer, Telefon 0157 74084070
E-Mail mona08@gmx.de

15 Uhr Rücken QiGong – Schnupperstunde
Unterstützt mit sanften, wirkungsvollen Übungen die Stärkung und gleichzeitig Mobilisation von Nacken, Schultern und Rücken. Speziell für sitzende Tätigkeiten ist die Übungsreihe ein wunderbarer Ausgleich.
Mit Claudia Schindler
keine Anmeldung erforderlich

16 Uhr Trommeln – Schnupperstunde
In die vielseitigen, orientalischen Rhythmen hineinschnuppern und den Ausgleich für Körper und Seele durch's Trommeln erspüren.
Anmeldung: Uschi Lang, Telefon 08031 84559
E-Mail uschilang@gmail.com

17 Uhr Kreistänze
Schwungvoll tanzend in den Samstagabend mit internationalen Tänzen.
Mit Uschi Lang und Margit Meindl
keine Anmeldung erforderlich



Gertraud Jerger (2. v.l.)
mit vier Kursleiterinnen im Riedergarten.

70 Jahre Kneipp-Verein Rosenheim

Freitag – 16.09. um 16 Uhr

Die Eröffnung der Jubiläumswoche findet im
Evang. Gemeindehaus, Königstraße 23 in Rosenheim statt.

Nach der Begrüßung und kurzweiligen Ansprachen stoßen
wir auf 70 Jahre Vereinsgeschichte an.

Ein Kurzvortrag von Karin Jehl nimmt uns mit in das
Thema „Lebendiges Wasser“.

Fünf Stationen zum Informieren und Mitmachen finden
Sie im Garten der Erlöserkirche.

- > **Bewegung**
 - > Lassen Sie Ihre Hüften schwingen
- > **Wasser**
 - > Kneippsche Güsse hautnah erleben
- > **Ernährung**
 - > Ein Tisch mit fermentiertem Gemüse
- > **Kräuter**
 - > Kräutersalz selbst herstellen
- > **Lebensordnung**
 - > Entspannung vom Alltag

Zur Stärkung steht im Anschluss ein kleines Buffet bereit.

Zum Ausklang gegen 18 Uhr gibt es ein Angebot zur
Kurzentspannung.

Für Vereinsmitglieder mit Anmeldung und geladene Gäste.
Anmeldung: Gertraud Jerger, Telefon 08031 609267
E-Mail gertraud.jerger@kneipp-verein-rosenheim.de

**Alle Angebote
im Jubiläumsprogramm
sind kostenlos!**

70 Jahre Kneipp-Verein Rosenheim

1952 bis heute



Initiator der Kneipp Bewegung
Pfarrer Sebastian Kneipp (1821-1897)

1952 wurde unser Verein im
Oktober gegründet. In der
Zeitung stand dazu: „Stadtrat
Anton Eberle wurde zum
1. Vorsitzenden und Herta
Klepper zur 2. Vorsitzenden
gewählt.“



Einweihung der Kneipp-Anlage im Riedergarten 1994
(vorne damaliger Vorsitzender Bernhard Bojanowski)



Kursleitertage
einst und heute



70 Jahre Kneipp-Verein Rosenheim



Jubiläumsprogramm

16. bis 25. September 2022
In Rosenheim und Bad Feilnbach

**Verein
Kneipp**
aktiv & gesund
Rosenheim e.V.

reinschnuppern
mitfeiern
wohlfühlen

Gemeinsam aktiv, fit und gesund bleiben

Kneippen ist immer aktuell !



Gertraud Jerger (li)
Claudia Schindler

Als 1. Vorsitzende im Kneipp-Verein Rosenheim ist es meine vorrangige Aufgabe, die Kneipp'sche Lehre zu verbreiten, allen interessierten Menschen zugänglich zu machen und sie dafür zu begeistern. In 15 Jahren Vorstandsarbeit und Kursleitertätigkeit konnte ich hier reichlich Erfahrungen sammeln, die ich gerne weitergebe. Die regelmäßige Besinnung und Anwendung der fünf Wirkprinzipien Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilkräuter und Lebensordnung hilft mir persönlich in der heutigen hektischen Zeit Ruhe zu bewahren, Kraft zu schöpfen und meine Ziele nicht aus den Augen zu verlieren. Die Kneipp'sche Lehre sehe ich als meine Berufung an. (Gertraud Jerger)

Der Kneipp-Verein Rosenheim unterstützte mich von Anfang an - 2007, bei meiner „Motivation“, Menschen bei der Pflege ihrer Gesundheit zu unterstützen. Seither ist die Motivation mit jedem Jahr gewachsen.

Die Lehre Kneipp's ist auch nach 200 Jahren immer noch oder besser gesagt, aktueller denn je. Kneipp ist Kult, so steht es auf unserem Jahresprogramm 2022. Kneipp steht für Gesundheit basierend auf 5 Säulen und sollte nicht nur Kult sein, sondern eine Selbstverständlichkeit.

Denn so umfassend die Lehre Kneipp's ist, so einfach ist vieles im Alltag umzusetzen. Und genau das treibt mich an. Dieses Leben und die eigene Gesundheit gibt es nur einmal, dass möchte ich mit all meinem langjährigen Wissen weitergeben, fördern und unterstützen. (Claudia Schindler, 2. Vorsitzende)

Als 1. Vorsitzende im Kneipp-Verein Rosenheim ist es meine vorrangige Aufgabe, die Kneipp'sche Lehre zu verbreiten, allen interessierten Menschen zugänglich zu machen und sie dafür zu begeistern. In 15 Jahren Vorstandsarbeit und Kursleitertätigkeit konnte ich hier reichlich Erfahrungen sammeln, die ich gerne weitergebe. Die regelmäßige Besinnung und Anwendung der fünf Wirkprinzipien Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilkräuter und Lebensordnung hilft mir persönlich in der heutigen

Gesundheitstag an der Erlöserkirche

Samstag – 17.09. von 10-13 Uhr
Königstraße 23, Rosenheim

10 Uhr Sturzprophylaxe – Schnupperstunde
Standhaft im Alltag – das Leben in Balance
Anmeldung: Ralf Staude, Telefon 08035 9557929
E-Mail ralf.staude@gmail.com

11 Uhr Osteoporose Gymnastik – Schnupperstunde
Mit Hilfe gezielter Übungen kann einer Osteoporose vorgebeugt oder entgegengewirkt werden.
Anmeldung: Sandra Suchomel, Telefon 08036 3030522
E-Mail sandra.suchomel@t-online.de

12 Uhr "Freude am Chaos in der Ordnung" - Vortrag
Nutzen Sie das Potential der Ordnungstherapie mit Freude und Verstand.
Anmeldung: Ralf Staude, Telefon 08035 9557929
E-Mail ralf.staude@gmail.com

13.30-14.45 Uhr Lachyoga und Stadtgeschichte im Riedergarten

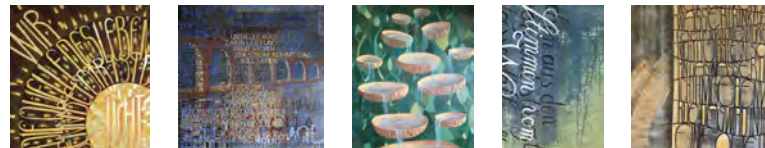
Heiteres und Wissenswertes aus der Stadtgeschichte wechseln sich mit Lachyoga-Übungen ab. Geschichtliches wird mit Leichtigkeit vermittelt. Erleben Sie, wie gut es tut, herzlich zu lachen und die Dinge von der fröhlichen Seite zu sehen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Treffpunkt: Riedergarten, Eingang Königstraße beim Amtsgericht
Mit Dagmar Deisenberger und Inge Fechter
Anmeldung: Inge Fechter, Telefon 0177 2051293
E-Mail inge@lachyoga-rosenheim.de

Ausstellung „Lebendiges Wasser“ – gemalte Worte im Fluss – in der Erlöserkirche Rosenheim

Kalligrafie ist die Grundlage der Ausstellung. Die Künstlerin Angela Mayer Spannagel aus Brannenburg hat das Thema in neun Bildern anhand von Bibelzitaten brillant umgesetzt. Jedes Bild für sich hat eine eigene, ganz besondere Aussage. Themen wie Wasser, Kraft, Ernte, Licht, Brunnen, Hoffnung und Quelle sind von ihr darin umgesetzt worden.

Keine Anmeldung erforderlich



Jubiläums-Kneipptreff im Riedergarten Rosenheim

Sonntag, 18.09.22, 10.30 Uhr
Königstraße, Rosenheim

Kostenloser Infotreff für Kneippanwendungen
Theorie & Praxis für alle Generationen zu Arm- und Kniefuß, Wassertreten, Armbad und Kneippanwendungen für daheim.
Treffpunkt: Riedergarten, Eingang Königstraße beim Amtsgericht
Am Besten in kurzer Hose/Rock. Kleines Handtuch mitbringen.
Mit Gertraud Jerger
Keine Anmeldung erforderlich

Ersatztermin bei Regen: Freitag, 23.09.22 um 14.30 Uhr
Mit Gertraud Jerger
Keine Anmeldung erforderlich



Das komplette Kursprogramm und aktuelle Informationen gibt es immer auf unserer Homepage
www.kneipp-verein-rosenheim.de

E-Mail info@kneipp-verein-rosenheim.de
Telefon 08031 609267

Gesundheitstag in Bad Feilnbach

Sonntag – 25.09. 11-18 Uhr
Im VHS Kursraum, Bad Feilnbach

11 Uhr Der Wohlfühl-Bauch – Vortrag
Alles rund um die ganzheitliche Bauchgesundheit. Einfache und effektive Tipps & Tricks für eine nachhaltige Entspannung in der Leibesmitte: Kräuter, Ballaststoffe & Co. für Magen-Darm als Wurzel der Gesundheit.
Anmeldung: Sabine Haase, Telefon 08035 1520
E-Mail achillea-haase@t-online.de

12 Uhr Mit Kneipp wohlig schlafen – Vortrag
Bewährte, aber oft vergessene Hausmittel und Tipps für einen erholsamen Schlaf.
Anmeldung: Gertraud Jerger, Telefon 08035 907764
E-Mail kneipp@kreativstudio.de

13 Uhr "Freude am Chaos in der Ordnung" - Vortrag
Nutzen Sie das Potential der Ordnungstherapie mit Freude und Verstand.
Anmeldung: Ralf Staude, Telefon 08035 9557929
E-Mail ralf.staude@gmail.com

14 Uhr Familienkneippen mit Kindern - an der Kneippanlage (bei trockenem Wetter)
Mit Tipps zu Kneippanwendungen für daheim und ein aktives Immunsystem. Bitte kurze Hose und kurze Ärmel tragen.
Mit Sabine Sporrer – **keine Anmeldung** erforderlich

15 Uhr QiGong – Schnupperstunde
Ein wirkungsvoller Weg um Körper, Geist und Seele in Balance zu halten.
Anmeldung: Claudia Schindler, Telefon 08031 737646
E-Mail klang-oasen-raum@gmx.de

16 Uhr Heilströmen zum Kennenlernen
Mit wenigen, einfachen Handgriffen den Körper mit Energie versorgen, Selbstheilungskräfte aktivieren und den gestauten Fluss zwischen den Körperhälften wieder in Schwung bringen?
Anmeldung: Christina Erdl, Telefon 08034 6369649
E-Mail info@heiltherapie-rosenheim.de

17 Uhr Rituale & Räuchern zur Tagundnachtgleiche zum Herbstbeginn
Beim Jahreskreisfest Mabon, die Tagundnachtgleiche sammeln wir unsere Kräfte für einen neuen Zyklus und feiern ein Dankesritual mit Räuchern für unsere reiche Ernte.
Anmeldung: Sabine Sporrer, Telefon 0152 52749607
E-Mail sabine.sporrer.mj@gmail.com