

## Kurse

**Tai Chi Schnupperstunde Samstag 9. Sept.**  
**10 Uhr im Seb.-Kneipp-Raum, kostenlos**

**Tai Chi** mit Gunther Kann

**10x Di 19.00 - 20.00 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
12.09.-28.11.23  
66 € / Mitgl. 55 € (5-6 Teiln. 77 € / Mitgl. 68 €)

**Hatha Yoga** mit Mechthilde Eisgruber

**10x Do 18.30 - 20.00 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
14.09.-30.11.23  
119 € / Mitgl. 99 € (5-6 Teiln. 140 € / Mitgl. 120 €)

**Fit mit Stretching und Bewegung**, Lena Dimpler

**8x Mo 19.30 - 20.45 Uhr**, Turnhalle Mittelschule  
25.09.-20.11.23  
64 € / Mitgl. 56 € (5-6 Teiln. 78 € / Mitgl. 68 €)

**QiGong** mit Angela Obermayr

**10x Mi 7.15 - 8.15 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
**10x Mi 8.45 - 9.45 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
27.09.-06.12.23  
66 € / Mitgl. 55 € (5-6 Teiln. 77 € / Mitgl. 68 €)

**Pilates** mit Frieda Schrank

**10x Fr 10.00 - 11.00 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
29.09. – 08.12.23  
66 € / Mitgl. 55 € (5-6 Teiln. 77 € / Mitgl. 68 €)

**Feldenkrais** mit Heike Schönlau

**8x Do 9.30 - 10.30 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
**8x Do 10.45 - 11.45 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
05.10. – 30.11.23  
53 € / Mitgl. 45 € (5-6 Teiln. 63 € / Mitgl. 55 €)

**Feldenkrais** mit Annette Singer

**8x Mi 15.30 - 16.45 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
11.10. – 06.12.23  
77 € / Mitgl. 64 € (5-6 Teiln. 97 € / Mitgl. 84 €)

Genaue und aktuelle Informationen zu den Kursen  
und Wanderungen finden Sie auf:

[www.kneippverein-wasserburg-inn.de](http://www.kneippverein-wasserburg-inn.de)

## Kurse / Workshops

**Faszien Workout** mit Trixi Enzinger

**6x Di 17.30 – 18.30 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
12.09. – 24.10.23  
40 € / Mitgl. 33 € (5-6 Teiln. 47 € / Mitgl. 41 €)

**Nordic Walking** mit Manuela Diemand-Rath

**7x Mo 17.00 – 18.00 Uhr**  
25.09.- 06.11.23  
Treffpunkt: Kart 2000, Hafendam 6, Eiselfing  
47 € / Mitgl. 39 € (5-6 Teiln. 55 € Mitgl. 49 €)

**Warmwasser-Gymnastik** mit Ingrid Mühlfenzl

**10x Di 19.30 – 20.15 Uhr**, Schwimmbad Attel  
**10x Di 20.15 – 21.00 Uhr**, Schwimmbad Attel  
10.10. – 19.12.23  
80 € / Mitgl. 70 € (5-6 Teiln. 100 € / Mitgl. 90 €)

**Jin Shin Jyutsu** (Heilströmen) mit Rosa Hauptstock

**4x Mi 19.30 - 21.30 Uhr**, Seb.-Kneipp-Raum  
**20. Sept. / 25. Okt. / 15. Nov. / 20. Dez.**  
53 € / Mitgl. 45 € (5-6 Teiln. 63 € / Mitgl. 55 €)

**Kräuterwanderung** mit Monika Voggenauer

**Samstag, 23.09.23, 14.00-16.00 Uhr**  
Am Badeweiher in Schonstett  
17 € / Mitgl. 15 €, plus Materialkosten 3 €

**Waldbaden** mit Manuela Diemand-Rath

**Sonntag, 15.10.23, 13.00-15.30 Uhr**  
Treffpunkt: Zillham 2, Parkplatz Pastafino  
21 € / Mitgl. 18 €

**„Tanz mit“ Folklore- / meditative Tänze**  
**aus aller Welt** mit Rita Schäfer

**Do 19.00 Uhr: 05.10. / 09.11. / 14. 12. 2023**  
Pfarrsaal St. Konrad, Wasserburg  
jeweils 7 € / Mitgl. 5 €

## Feier zum Advent

**Samstag, 25. Nov. 2023, 15.00 Uhr,**  
**Pfarrsaal St. Konrad, Wasserburg, Burgerfeld**

## Kneipp-Treff

Mittwoch: 04.10. / 08.11. / 06.12.23  
15.45 Uhr, Seb.-Kneipp-Raum (Aufbau 15 Uhr)

## Wanderungen

Große Wanderung (G) Kleine Wanderung (K)

Di 05.09. Truchtlaching Viereckschanze Döcke(G)  
Di 12.09 Hofkapellenweg Hocheck Martl (G)  
Do 28.09. Salzburg Martl (G)  
Do 12.10. Staudhamer-See-Runde Koller (K)  
Do 26.10. Von Tutzing nach Bernried Martl (G)  
So 12.11. Fraueninsel Drews (G)  
Do 23.11. Kloster Raitenhaslach Döcke (G)  
Fr 08.12. Abschlusswanderung Wenzl (K)

## Ratschwanderungen

Ratschwanderer legen Wert auf kürzere Touren,  
die auch mit körperlichen Einschränkungen noch  
machbar sind. Wanderführer: Tilman Boehlkau  
Termine: Jeden Donnerstag – siehe Presse

Wanderpauschalen

Die Teilnehmer zahlen für ihre Teilnahme einen  
geringen Beitrag. Daraus errechnet sich am  
Jahresende eine Aufwandsentschädigung für die  
Wanderführer.

Staffelung	Mitglieder / Gäste
Ratschwanderung	Euro 1,00 / Euro 2,00
Kleine Wanderung	Euro 2,00 / Euro 4,00
Große Wanderung	Euro 3,00 / Euro 6,00

Anfragen zu Ratschwandern 0171 2645497  
Sonstige Wanderungen 01523 7945809



## Informationen zu unseren Gesundheitskursen

Die für uns tätigen Übungsleiter\*innen verfügen über eine fundierte Ausbildung und nehmen regelmäßig an Weiterbildungsmaßnahmen teil. Wir sind sicher, dass unsere Übungsleiter\*innen Ihnen dabei helfen können, Ihre persönlichen Bemühungen zur Gesundheitsvorsorge erfolgreich zu unterstützen. Die Teilnahme an einem Kurs ist Zeit, die Sie sich selbst gönnen und in der Sie sich etwas Gutes tun.

Nach einer schriftlichen oder telefonischen Anmeldung ist eine Stornierung nicht kostenfrei. Dies gilt auch für das Nichterscheinen zum Kurs oder Workshop. Die Stornogebühr beträgt 50% der Kursgebühr **Mindest-Teilnehmerzahl an unseren Veranstaltungen: 5 Personen**

Für Teilnehmer an Veranstaltungen des Kneipp-Vereins Wasserburg am Inn e. V. besteht eine Gruppen-Unfall-Versicherung.

### Personenbezogene Datenerhebung gemäß DSGVO

Der Kneipp-Verein Wasserburg am Inn e.V., erhebt Ihre Daten zum Zweck der Vereinstätigkeit. Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nicht statt.

In Zusammenhang mit der Vereinstätigkeit werden Fotos von Personen, zur Vereins- und Öffentlichkeitsarbeit genutzt. Sie können der Nutzung schriftlich widersprechen. Angela Obermayr, Kneipp-Verein Wasserburg am Inn e.V., Pollersham 1, 83549 Eiselfing

## KONTAKT

**Anmeldung Kurse**  
Mo-Fr 10-17 Uhr, Sa 10-13 Uhr  
telefonisch:  
**08071/7401**  
oder persönlich in der

**Geschäftsstelle:**  
Schustergasse 5  
Wasserburger Bücherstube  
83512 Wasserburg

Email:  
info@kneippverein-wasserburg-inn.de

**08071-7069**

[www.kneippverein-wasserburg-inn.de](http://www.kneippverein-wasserburg-inn.de)

## ADRESSEN

**Seb. Kneipp-Raum, Kasp.-Aiblinger-Pl. 24 RGB  
Pfarrsaal Kirche St.Konrad, Brunhuberstraße  
Turnhalle Mittelschule Wasserb., Klosterweg 2  
Schwimmhalle Stiftung Attl, Attel 3**  
Vorsitzende: Angela Obermayr (Kneipp-Verein  
Wasserburg/Inn e.V.) Pollersham 1, 83549 Eiselfing  
Tel. 08071-925907



MATTHIAS LEHMANN  
email: [w.buecherstube@t-online.de](mailto:w.buecherstube@t-online.de)



## PROGRAMM

### Herbst - Winter 2023

Yoga - QiGong - Tai Chi  
Feldenkrais - Pilates  
Jin Shin Jyutsu - Faszien -  
Workout - Wassergymnastik  
Nordic Walking - Stretching  
Kreistänze - Kräuter  
Waldbaden - Wandern

