

Mitteilungsblatt für Februar, März und April 2025

Liebe Mitglieder und Freunde des Kneipp-Vereins,
der Winter verabschiedet sich langsam und mit dem Frühling hält neues Leben Einzug in die Natur. Diese Jahreszeit der Erneuerung und des Wachstums lädt uns ein, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Unser Kneippverein hat für die kommenden Monate ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt, das Sie dabei unterstützen soll, gesund und gestärkt in den Frühling und in das neue Jahr zu starten.

Nutzen Sie die Gelegenheit, bei spannenden Vorträgen Neues zu lernen, in der erwachenden Natur aktiv zu werden oder bei geselligen Veranstaltungen die Kneipp-Gemeinschaft zu genießen.

Wir freuen uns darauf, Sie bei unseren Veranstaltungen zu begrüßen und gemeinsam mit Ihnen die Kraft des Frühlings zu erleben!

Anfragen, Anmeldungen und Auskünfte sind über die oben angegebene Adresse und Telefonnummer zu den Geschäftszeiten immer möglich.

Februar 2025

Samstag, 8. Februar, Wanderung an den Drachensee - Treffen ist um 12:00 Uhr im Wulfsbrook, Bushaltestelle Schleswiger Str. der Linie 61/62. Wir wandern zwischen den Häusern zum Wasser auf der Nordseite entlang zur Eider. Über die Schafwiese gehen wir dann auf den Holzsteg und steigen am Ende zum Eiderkrug hinauf.

Mittwoch, 12. Februar, 15:00 Uhr, Beratungsstunde im Gemeinschaftsraum Prüne 23.
Kneippthema: *Vitamin D und die Hormone*

März 2025

Samstag, 8. März, 13:00 Uhr Wanderung zur Forstbaumschule
Treffen: Kunsthalle Kiel um 13.00 Uhr. Wir gehen durch den alten botanischen Garten und über die Krusenkoppel in den Park und wandern bis zum Restaurant. Im Bauerngarten üben wir bei gutem Wetter ein paar QiGong Figuren. Zurück fahren wir mit dem Bus ab Nikolauskirche um 16:10 Uhr.

Mittwoch, 12. März, 15:00 Uhr, Beratungsstunde Gemeinschaftsraum Prüne 23.
Wir besprechen in aufmerksamer Runde bei Tee und Gebäck medizinische Fragen.
Kneippthema: *Hören und Lauschen*

Donnerstag, 13. März, 18:30 Uhr, Vortrag: Lachen im Frühling von Pravas Heinhold,
Botschafter für Lachyoga
Lachen ist eine unvergleichliche Heilkraft, die immer zur Verfügung steht.
Einfache Übungen helfen die Scheu zu überwinden

Donnerstag, 20. März, 16:00 Uhr, Vortrag: „Wie hilft die Frühlingskur?“ mit Erich Conradi. Im Gemeinschaftsraum Prüne 23. nach der Mitgliederversammlung im Kneippverein Kiel mit Berichten, Abstimmung und Programmdiskussion.

April 2025

Mittwoch, 9. April, 15:00 Uhr, Beratungsstunde im Gemeinschaftsraum Prüne 23.
Kneippthema: Hautschutz und -pflege

Mittwoch, 9. April um 18:30 Uhr , *Gesundheit ist kein Zufall - was bringt uns die Epigenetik?*
Vortrag von Maarit Bebensee im Seminarraum der Pumpe, Haßstr.22,

Samstag, 12. April, Kneippwanderung am Schilksee, Kräuterspaziergang mit Arno Ketelsen und der Volkshochschule Dähnischer Wohld. Treffen ist um 14:00 Uhr an der Bushaltestelle Seekamp, der Bus 12/13 fährt um 12:47 Uhr auf A1 vom Bahnhof ab. Wir wandern Richtung Schilksee durch das Naturschutzgebiet und kommen von Norden nach Gut Seekamp, wo wir Gartenskulpturen besichtigen und einkehren können.

Sonntag, 27. April bis Samstag, 10. Mai, Mayr-Kneipp-Kur in Bokel, „gesundes Leben“ im Zirkushostel. Anmeldung über das NZN: Tel 0431-6613 107

Wir planen ein Sommerfest, am **10. Juli 2025** von 15-17 Uhr in der Seebar (Seebad Düsternbrook) an der Kiellinie.

Das nächste Mitteilungsblatt erhalten Sie nach Ostern, per Post oder in der Geschäftsstelle

Unsere wöchentlichen Aktivitäten

<u>Dienstag:</u>		Mitglieder	Gäste
15:00 - 15:30 Uhr	Wassergymnastik, Städt. Krankenhaus	7,00 €	8,00€
<u>Mittwoch:</u>			
15:00 – 16:00 Uhr	med. Beratungsstunde Prüne 23 (jeden 2. Mi. im Monat)	kostenlos	3,00 €
14:00 – 15:00 Uhr	NordicWalk Schrevenpark (jeden Mittwoch, Treffpunkt Costello)	1,00 €	2,00 €
<u>Freitag:</u>			
10:00 – 11:00 Uhr	Qi Gong Körpertherapie, Prüne 23	5,00 €	7,00 €

Besuchen Sie auch unsere Seiten im Internet unter www.kneippverein-kiel.de, um Neuigkeiten und aktuelle Informationen zu bekommen. Hier finden Sie auch Bilder und weitere Nachrichten Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Vorhaben erfolgt auf eigenes Risiko. Der Kneipp-Verein Kiel e.V. kann keine Haftung übernehmen.

Es grüßt Sie
Ihr Vorstand!

Bankkonto: Kieler Volksbank e.G.,
IBAN: DE33210900070091405009, BIC: GENODEF1 KIL