

## Die fünf Wirkprinzipien der Kneipp-Therapie

### Der Kneipp-Verein empfiehlt

Immer montags • ab 17.00 Uhr bei guter Witterung

Bouleplatz Leutkirch

### Treffen der Boulefreunde

Die Boulefreunde treffen sich zum gemeinsamen Spiel.

Interessierte willkommen, keine Kosten.

Kontakt: Bernd Schmid, 07561 5797

Jeden 4. Montag im Monat • 20 bis 21.30 Uhr

Dorfhalle Urlau

### Offenes Tanzen mit Tänzen der Völker

Freunde des Tanzes treffen sich zu Kreis- und Reihentänzen, flott und meditativ.

Neueinsteiger immer willkommen, keine Kosten

Kontakt: Ehepaar Springer, 07567 1400

### Umweltkreis Leutkirch

Der Umweltkreis, ein Zusammenschluss an Natur und Umwelt interessierter Gruppierungen in Leutkirch, bietet ein interessantes Jahresprogramm. Zwei Wanderungen des Jahresprogramms 2017 finden in Kooperation mit dem Umweltkreis statt. Kontakt unter umweltkreis@umweltkreis-leutkirch.de



#### Wasser

„Ich glaube, dass ich kein Heilmittel anführen kann, das sicherer heilt, als das Wasser.“



#### Bewegung

„Der beste Weg zur Gesundheit ist der Fußweg.“



#### Ernährung

„Die Zubereitung der Speisen soll einfach und ungekünstelt sein; je näher die Speisen dem Zustande kommen, in welchem sie uns von der Natur geboten werden, desto gesünder sind sie.“



#### Heilpflanzen

„Vorbeugen sollt ihr durch diese Kräuter, nicht das Übel erst groß werden lassen.“



#### Lebensordnung

„Erst als man den Zustand ihrer Seele erkannte und da Ordnung hineinbrachte, ging es mit dem körperlichen Leiden auch besser.“

Zitate von Sebastian Kneipp

## Liebe Kneippfreunde und Kneippinteressierte!

Unser neues Programm 2017 liegt vor.

Klein und fein, nicht zu viel und nicht zu wenig, war unsere Prämisse bei der Zusammenstellung.

Die Veranstaltungen waren im letzten Jahr gut besucht; das war für uns im Vorstandsteam erneut Motivation, auch in diesem Jahr ein vielseitiges Programm zu gestalten.

Neu ist der Programmpunkt: *Kneipp-Fit*.

Hier wollen einfach dazu ermuntern, die Bewegung nicht zu vergessen. Sie ist eine der fünf Säulen, die uns Pfarrer Kneipp schon ans Herz gelegt hat.

Der neue Trinkwasserbrunnen der Kneipp-Anlage ist fast fertig. Es müssen noch ein paar technische Details geklärt und Anschlüsse verlegt werden. Bis zur Kneippbad-Eröffnung am Freitag, den 28. April sollte alles fertig gestellt sein.

Ganz herzlichen Dank an alle Spender und an die Leutkircher Bank, die jede Spende über das Crowdfunding mit zusätzlich 10 Euro unterstützt hat.

Auf ein hoffentlich gutes und schönes Jahr 2017!

Herzlichst und mit kneippschen Grüßen  
Ihr Vorstandsteam vom Kneipp-Verein Leutkirch  
Hansjörg Veser (1. Vorsitzender) • Christine Schmelzenbach (2. Vorsitzende) • Clemens Mith (Kassier) • Ursula Horn (Schriftführerin) • Isabella Baer (Beisitzerin) • Margit Beckers (Beisitzerin) • Edeltraud Steinhauser (Beisitzerin) • Bernd Schmid (Beisitzer)

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

Kneippverein Leutkirch  
Nachtigallenweg 33  
88299 Leutkirch im Allgäu  
info@kneipp-verein-leutkirch.de  
Telefon 07561 1464

Bankverbindung:

Leutkircher Bank • IBAN DE58 6509 1040 0053 5540 00

Änderungen vorbehalten • www.inallermunde.de

Nähtere Infos unter

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

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



**Jahresprogramm  
2017**

## Jahresprogramm 2017

**Mi, 1. März • 19 Uhr**

Nebenzimmer Hotel Post

### **Jahreshauptversammlung**

Zum Auftakt der Kneipp-Saison 2017 sind Mitglieder und Freunde des Kneippvereins zur Jahreshauptversammlung eingeladen. Das neue Jahresprogramm wird vorgestellt. Das Vorstandsteam freut sich über eine rege Teilnahme der Mitglieder des Vereins, aber auch aller Interessierten.

**Di, 14. März • 19:30 Uhr**

Altes Kloster, Begegnungsraum

### **Von den Sinnen und mit den Sinnen**

Heilpraktikerin Isabella Baer möchte sensibel machen für die Sinne! Denn ein Leben im Augenblick gelingt uns besser, wenn wir mit allen Sinnen leben. Sehen, tasten, hören, schmecken und riechen, wie integrieren wir das im Alltag. Bewusst und unbewusst beeinflusst uns das jeden Tag. Deshalb sollten wir täglich unsere Sinne nutzen. Einen Vortrag mit Tipps und Tricks für die Sinne, für ein harmonisches und ausgeglichenes Sein und die Schärfung zur Wahrnehmung des eigenen Körpers. Sinnvoll für das Leben im Außen und im Innen.  
Kosten: Kneipp-Mitglieder 3 Euro, Nichtmitglieder 5 Euro

**So, 26. März • 08:30 Uhr**

Treffpunkt Eschachparkplatz zur Bildung von Fahrgemeinschaften nach Aitrach

### **Vom Illertal nach Aichstetten**

Wanderung unter Führung von Hildegard Lott durch Natur und Geschichte im Aitrachtal. Dauer ca. 3 Stunden. Einkehr zum Abschluss in Aichstetten möglich. Eine Veranstaltung in Kooperation mit Umweltkreis, Heimatpflege Leutkirch und dem Verein „Wandern und Erleben Allgäu e.V.“  
Kosten: Keine

**Di, 4. April • 19 Uhr**

Altes Kloster, Begegnungsraum

### **Augentraining – Wie wir sehen**

Augentrainer Willi Baur von der Augenschule Allgäu Bodensee vermittelt in diesem Impulsvortrag wichtiges Wissen zum

Themen Sehen und Augentraining. Es werden einfache Übungen zur Stärkung unseres Seh-Sinnes vorgestellt. Die Feierabendwanderung am 21.06. steht erneut unter diesem Motto: die Übungen werden vertieft und weitere Übungen bei Wandern vorgestellt. Kosten: Kneipp-Mitglieder 3 Euro, Nichtmitglieder 5 Euro

**Fr, 21. April • 8 Uhr**

### **Augsburg – Stadt und Betriebsbesichtigung manomama**

Das Ziel des Jahresausflugs des Kneipp-Vereins ist Augsburg. Für 20 Interessierte besteht die Möglichkeit einer Betriebsbesichtigung der Firma manomama. Firmengründerin Sina Trinkwalder hatte die Vision und produziert heute erfolgreich Textilien in Deutschland unter dem Motto „Vom Garn bis zur Naht in Deutschland hergestellt“.

Eine Stadtführung, der Besuch der Fuggerei und des Botanischen Gartens sind im Gesamtpreis enthalten und gehören ebenfalls zum Ausflugsprogramm. Bei der Anmeldung bitte angeben, ob die Betriebsbesichtigung bei manomama gewünscht wird (max. 20 Personen).

Anmeldung bei Hansjörg Veser unter 07561 1464  
Kosten: Kneipp-Mitglieder 30 Euro, Nichtmitglieder 35 Euro, inkl. Busfahrt, Stadtführung, Eintritt Fuggerei und Eintritt Botanischer Garten

**Fr, 28. April • 18 Uhr**

Kneippanlage Balterazhofer Straße

### **Kneippbad-Eröffnung**

Die Kneippsaison 2017 wird eröffnet. Venentrainerin Christine Schmelzenbach hat ein kleines Venengymnastik-Programm vorbereitet.

**Mi, 21. Juni • 17 Uhr**

Treffpunkt Eschachparkplatz

### **Wanderung „Sehen & Gehen“**

Wanderung am längsten Abend des Jahres ins Gschaidt. Die Wanderung findet auf jeden Fall statt, bei genügend Anmeldungen (mind. 15 Personen) begleitet uns Augentrainer Willi Baur und stellt Wissenswertes und Übungen zur Stärkung der Sehkraft

vor. Wir machen auch Halt am Brunnen, dessen Wasser lt. Volksmund bei Augenleiden helfen soll. Gemütlicher Ausklang und Einkehr.

Info und Anmeldung bei Hansjörg Veser unter 07561 1464.  
Kosten: Kneipp-Mitglieder 3 Euro, Nichtmitglieder 5 Euro und Fahrkostenbeteiligung

**Mi, 5. Juli • 15 Uhr**

### **Kneipp-Wasserspaß für Kinder**

Kinder von 4-8 Jahren sind eingeladen am Kneippbad erste Kneipp-Erfahrung zu sammeln. Nur bei gutem Wetter.  
Anmeldung gerne, aber nicht erforderlich bei Margit Beckers unter 07561 6881. Kosten: keine

**So, 10. September • 12 Uhr**

Treffpunkt Eschachparkplatz Leutkirch, Fahrgemeinschaften

### **Kneipp-Wanderung Buxheim**

Die Wanderungen mit Bernd Schmid haben beim Kneipp-Verein schon Tradition. In diesem Jahr geht es nach Buxheim. Bernd Schmid hat eine leichte Runde an Iller und Illerkanal zusammengestellt. Ein Halt bei der Kneipp-Anlage in Buxheim gehört dazu. Die Kartause in Buxheim kann – ohne Führung – bis 17 Uhr besucht werden. Rückfahrt nach Vereinbarung.  
Anmeldung gerne, aber nicht erforderlich bei Bernd Schmid unter 07561 5797. Kosten: keine (ev. Fahrkostenbeteiligung)

**So, 24. September • 13:30 Uhr**

Treffpunkt Eschachparkplatz zur Bildung von Fahrgemeinschaften nach Schmidtsfelden

### **Familien-Kräuterwanderung in der Adelegg mit Geschichten zur Geschichte**

Hildegard Lott führt die Gruppe und erzählt zur Landschaft der Adelegg. Eine Veranstaltung in Kooperation mit Umweltkreis und der Heimatpflege Leutkirch. Kosten: keine

**Mi, 18. Oktober • 19 Uhr**  
Bocksaal

### **Ich lass mir nichts mehr aufs Auge drücken**

Vortrag und Impulse von Pfarrer Stefan Cibulka, Neutrauchburg: Trauen wir unserer eigenen Sichtweise oder gebrauchen wir die Sichtweisen anderer Menschen und machen uns dadurch abhängig? Wie bekommen wir neue Einsichten und gute Aussichten auf das Leben?  
Kosten: Kneipp-Mitglieder 3 Euro, Nichtmitglieder 5 Euro

## **Fortlaufende Veranstaltungen**

Jeden Mittwoch um 18 Uhr (von 29.03. bis 25.10.2017)  
Treffpunkt Balterazhofer Straße, unterhalb des Kneippbads

**Kneipp-Fit** Ein neues Angebot des Kneipp Vereins Leutkirch  
Regelmäßig Laufen, kurze Übungen und ein Kneippgang – das tut der Gesundheit gut. Der Vorstand des Vereins möchte dazu anregen und freut sich auf bewegungsfreudige Menschen für eine flotte Walking- oder Spazierunde mit Abschluss am Kneippbad.  
Kosten: keine. Eine kleine Spende für die Vereinskasse wird gerne angenommen.

**Montag, 14. Februar • 19:30 Uhr – 21:30 Uhr**  
weitere Termine am 16. Mai, 08. August und 14. November  
Altes Kloster

**Frauengespräche** mit Isabella Baer, Heilpraktikerin  
Gespräche können motivieren, inspirieren, relativieren. Wir können oft profitieren und Gespräche stärken unser Immunsystem.  
Kosten: Kneipp-Mitglieder 5 Euro, Nichtmitglieder 6 Euro, inkl. eines Getränks.