



Kneipp


VEREIN
Landshut e.V.



2026

PROGRAMM

**Fünf gewinnt - die Kraft der
fünf Kneippschen Elemente**





Das Wasser ist nicht böse, es ist ein liebliches, ein freundliches Mittel der Besserung und Heilung.

Sebastian Kneipp

VORWORT

Liebe Kneipp-Familie,

wir freuen uns sehr, Ihnen unser neues Kneipp-Jahresprogramm vorstellen zu dürfen. Die Lehre nach Sebastian Kneipp ist heute aktueller denn je: Sie ist ein anerkanntes Naturheilverfahren, das auf einfache und natürliche Weise zur Gesundheit beiträgt, die Abwehrkräfte stärkt und das Wohlbefinden steigert. Gerade in einer Zeit, in der viele Menschen nach Ausgleich und Stabilität suchen, zeigt sich, wie wertvoll die Grundgedanken Kneipps für unseren Alltag sind.

Unter dem Jahresmotto „Fünf gewinnt – die Kraft der fünf Kneippischen Elemente“ möchten wir im Verein diese Prinzipien nicht nur weitergeben, sondern sie gemeinsam erlebbar machen. Denn die fünf Elemente – Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung – sind mehr als nur Säulen einer Gesundheitslehre: Sie sind ein ganzheitlicher Wegweiser zu mehr Lebensfreude, innerer Balance und körperlichem Wohlbefinden.

Unser Programm ist so gestaltet, dass es informativ und praxisnah ist. Ob interessante Vorträge, gemeinsame Aktivitäten in der Natur, Anleitungen für wohltuende Wasseranwendungen oder Tipps für ein gesundes Leben – wir möchten Ihnen zeigen, wie sich Kneipp ganz unkompliziert in den Alltag integrieren lässt.

Ein wesentlicher Aspekt unserer Arbeit ist die Gemeinschaft. Kneipp bedeutet nicht nur Gesundheit, sondern auch Begegnung, Austausch und gegenseitige Unterstützung. Deshalb sind bei uns alle herzlich willkommen – ob jung oder alt, ob langjähriges Mitglied oder neugieriger Gast. Denn Kneipp kennt kein Alter: Seine Lehre begleitet uns vom Kindes- bis ins hohe Lebensalter und bietet für jede Lebensphase wertvolle Impulse.

Als besonderes Highlight des Jahres möchten wir Sie zu unserer Fahrt nach Bad Wörishofen einladen – an die Wirkungsstätte von Sebastian Kneipp. Dort, wo er lebte und wirkte, werden wir seine Ideen an ihrem Ursprung kennenlernen und viele bleibende Eindrücke mitnehmen.

Wir hoffen, dass Sie in unserem Jahresprogramm zahlreiche Angebote finden, die Sie ansprechen und motivieren, sich Zeit für Ihre Gesundheit zu nehmen. Wir freuen uns sehr darauf, Sie bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen und gemeinsam viele schöne, lehrreiche und bereichernde Stunden im Zeichen von Sebastian Kneipp zu verbringen.

Ihre Sigrid Sikorski

1. Vorsitzende Kneipp-Verein Landshut



WER? WIE? WO? WAS?



Sigrid Sikorski
Katrín Barth
Ingeborg Pongratz
Marion Engel

Edith Hartmann
Steffi K.
Ingrid Kraheberger
Silke Pech
Uta Spitzenberger-Räbiger
Dirk Unger
Hedda Wenzlow

0157/ 50 61 72 83
0171/ 26 56 13 9
0871/ 61 62 2
01522/73 07 60 1 oder per
E-Mail: m.engel@gripsnfit.de
0871/ 27 55 80 5
0176/ 30 51 68 48 (ab 18.00 Uhr)
0871/ 67 51 8
0179/ 97 52 07 3
08784/ 66 6
0175/ 52 60 79 9
0151/ 61 45 51 97

Um die Veranstaltungen besser planen zu können, möchten wir um eine Anmeldung bis eine Woche vor der jeweiligen Veranstaltung bitten.

GUT ZU WISSEN!

Sie finden alle Angebote, Änderungen und zusätzliche Informationen rund um Sebastian Kneipp und den Kneipp-Verein auch im Internet:



www.kneipp-verein-landshut.de



[kneippverein_landshut](https://www.instagram.com/kneippverein_landshut)



[Kneippverein Landshut](https://www.facebook.com/KneippvereinLandshut)

VERANSTALTUNGEN

HEILPFLANZEN



ERNÄHRUNG



WASSER



BEWEGUNG



LEBENSORDNUNG



* © 2023 Kneipp-Bund e.V.

WÖCHENTLICH

Fit mit dem Rad in den Frühlingsanfang



Ab Do, 23.04.2026

Jeden Donnerstag
10.30 Uhr



Stadtbad Landshut
Dammstraße 28, Landshut



Hedda Wenzlow (Anm.)



Selbstzahler

Je nach Witterung werden wieder die allseits beliebten Radtouren in die Umgebung von Landshut mit anschließender Einkehr angeboten. Bewegung mit Radfahren ist ideal, um fit und gesund zu bleiben.

Stadtspaziergänge in und um Landshut in den Wintermonaten



Ab November 2026

Jeden Donnerstag
11.00 Uhr



Ländtorplatz
(Bushaltestelle), Landshut



Hedda Wenzlow (Anm.)



Selbstzahler

Wöchentliches Präventionsprogramm – Fit und beweglich bleiben

Schwerpunkte des Präventionsprogramms sind die Förderung der Beweglichkeit, Vorbeugung von Rückenbeschwerden und Verspannungen durch funktionale Schongymnastik, Koordinations- und Körperwahrnehmungsübungen, Balance- und Stabilisierungsübungen, Entspannungs- und Atemübungen.



Block I 12.01. - 18.05.2026
Block II 12.10. - 14.12.2026

Jeweils montags
(entf. in den Ferien)
16.15 - 17.15 Uhr



Turnhalle Nikolaschule
Nikolastr. 2, Landshut



Maria Maier
Ingrid Kraheberger (Anm.)



4 € Mitglieder, 5 € Gäste (Je Termin)



JAHRESPROGRAMM

Winterspaziergang zur Schlossberghütte

Gemeinsam unternehmen wir einen schönen Winterspaziergang – mit frischer Luft, ruhiger Natur und gemütlichem Tempo.

Den Abschluss bildet eine Einkehr in der Schlossberghütte des Vereins „Die Naturfreunde“, um den Tag in geselliger Runde ausklingen zu lassen. Ein winterliches Erlebnis für Körper und Seele!



So, 18.01.2026
12.00 Uhr



Gasthaus Zollhaus, Äußere
Münchnerstraße (Eisenbahnbrücke)
oder in Aign/ Wegekreuz – Waldweg



Selbstzahler



Ingeborg Pongratz (Anm.)

Ein Wohlfühlabend voller Düfte für Körper, Geist und Seele

Gemeinsam lassen wir den Alltag hinter uns und erleben die entspannende Wirkung ätherischer Öle in unterschiedlichen Anwendungen – eine kleine Auszeit, die uns zur Ruhe kommen, auftanken und genießen lässt.

Bitte warme Socken mitbringen.



Di, 03.02.2026
18.30 – 20.30 Uhr



Kursraum in der Mühle
Wampelmühle 1, Landshut



18 € Mitglieder
20 € Gäste



Christine Ecker
Sigrid Sikorski (Anm.)

Meditation I

Durch Meditation finden wir zur Ruhe und Gelassenheit, bringen Körper und Seele ins Gleichgewicht, stoppen das „Gedankenkarusell“ und finden zu kontinuierlicher Achtsamkeit und Konzentration.

Mitzubringen sind Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.



Di, 24.02.2026

Di, 03.03.2026

jeweils 19.00 – 20.30 Uhr



Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben



15 € Mitglieder, 18 € Gäste
(für beide Termine)



Uta Spitzenberger-Räbiger
(Anm.)

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Seniorinnen und Senioren

Mit fortschreitendem Alter wächst bei vielen die Angst vor der Vergesslichkeit. Unser Gehirn kann mit regelmäßigem, geistigem Training mehr leisten, als wir uns vorstellen. Wir lernen verschiedene Übungen kennen, die uns helfen Konzentrations- und Wahrnehmungsfähigkeit, Denkflexibilität, Kreativität und Sprachfertigkeiten zu verbessern. Für Abwechslung sorgen Bewegungsübungen zur Koordination und Bewegungsspiele.

Mitzubringen sind bitte Schreibzeug, Getränke und gegebenenfalls Ihre Brille.



Do, 05.03.2026

Do, 12.03.2026

Do, 19.03.2026

Do, 26.03.2026

jeweils 10.00 – 11.30 Uhr



Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben



Edith Hartmann (Anm.)
Trainerin geprüft nach BVGT



40 € Mitglieder
43 € Gäste (für alle vier Termine)



Bewegung für Gesundheit und Fitness: Warum und wie?

Schon Kneipp wusste, wie wichtig Bewegung ist. Auch die moderne Sportwissenschaft kommt zum gleichen Ergebnis. Der Workshop erläutert die wichtigsten Aspekte der Trainingslehre für den Gesundheits- und Breitensport in leicht verständlicher Form. Sie erfahren, wie sportliches Training auf den Körper wirkt und wie ein guter Trainingsplan aussehen sollte.



Mi, 11.03.2026
19.00 – 21.00 Uhr



Cartago Software, Ergoldinger Straße 2a,
Landshut (Eingang Rückseite vom Auto-
haus EuroCar, Parken hinter Penny PP)



7 € Mitglieder
10 € Gäste



Marion Engel (Anmeldung bitte
bis 3 Tage vor Veranstaltungstermin)

Jahreshauptversammlung

Es folgt eine gesonderte Einladung mit Tagesordnung.



Do, 26.03.2026
19.00 Uhr



Ergoldinger Stuben, Am Sportpark 1,
Ergolding



Katrin Barth (Anm.)

Besuch im Seniorenheim – Kneippen für Körper und Seele

Im Magdalenenheim erwartet uns eine Führung durch den neu gestalteten Kneippraum – ein Ort der Erfrischung, Entspannung und Gesundheitsförderung. Die Einrichtung zeigt eindrucksvoll, wie die Kneipp-Therapie auch im höheren Alter sanft und wirkungsvoll angewendet werden kann.

Ob Wassertreten, Armبäder oder entspannende Fußgüsse – die Kneipp-Anwendungen sind speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt und fördern Kreislauf, Beweglichkeit und Wohlbefinden.

Ein inspirierender Abend, der zeigt: Kneippen kennt kein Alter – und Gesundheit beginnt mit kleinen, wohltuenden Impulsen.



Do, 16.04.2026
18.00 - 19.30 Uhr



Magdalenenheim, Christoph-Dorner-
Straße 8, Landshut



kostenlos



Sigrid Sikorski (Anm.)



Kneipp-Wanderung am Landshuter Höhenweg – Natur erleben, Sinne beleben

Die geführte Tour entlang des Landshuter Höhenwanderwegs verbindet Bewegung, Naturgenuss und kleine Impulse zur Kneipp'schen Gesundheitslehre. Start und Ende ist der Parkplatz in Viecht. Von dort aus führt die Route über abwechslungsreiche Teerstraßen, Feldwege und idyllische Pfade durch Wald und Wiesen hinab zum Echinger Stausee. Entlang der Strecke bieten sich mehrere Möglichkeiten für kleine Pausen, eine gemütliche Einkehr oder ein gemeinsames Picknick am See – ob Brotzeit oder Thermoskanne, das stimmen wir gemeinsam ab. Die Wanderung dauert etwa 3 bis 4 Stunden, je nach Tempo und Pausen. Die Strecke ist leicht begehbar und insbesondere für Familien mit Kindern geeignet.



So, 26.04.2026

11.00 - 15.00 Uhr

(Ausweichtermin: 10.10.2026)



Parkplatz Viecht-Eching



Steffi K. (Anm.)



5 €

Tagesausflug nach Bad Wörishofen – Auf den Spuren von Sebastian Kneipp

Ein besonderes Highlight unseres Jahresprogramms ist der Tagesausflug nach Bad Wörishofen – dem Wirkungsort von Sebastian Kneipp und Zentrum der ganzheitlichen Gesundheitslehre. Gemeinsam fahren wir bequem mit dem Bus in die charmante Kneippstadt im Allgäu.

Vor Ort erwartet uns eine informative Stadtführung, bei der wir mehr über das Leben und Wirken von Sebastian Kneipp erfahren und die historischen Orte entdecken, die seine Philosophie geprägt haben. Im Anschluss lassen wir den Tag bei einer gemütlichen Einkehr ausklingen.

Weitere Informationen zur Abfahrt, Anmeldung und Ablauf folgen – aber eines ist sicher: Dieser Ausflug wird eine wohlthuende Mischung aus Geschichte, Gesundheit und Gemeinschaft.



Sa, 09.05.2026

Tagesausflug



Bad Wörishofen



Sigrid Sikorski (Anm.)

Ankneippen in gemütlicher Runde im Kneippwinkel

Zum 205. Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp treffen wir uns und genießen endlich wieder den Kneippwinkel mit der Wassertretanlage, dem Armbad, den Gussmöglichkeiten usw.



So, 17.05.2026

14.00 Uhr



kostenlos



Kneippwinkel im Stadtbad,
Dammstr. 28, Landshut



Kneipp-Vorstand
Katrin Barth (Anm.)

Kräutertag für Groß und Klein – Entdecken, Riechen, Staunen

Ein duftender Tag voller Naturerlebnisse erwartet euch beim Kräutertag für Erwachsene und Kinder im Kneippwinkel. An verschiedenen liebevoll gestalteten Stationen tauchen wir gemeinsam in die Welt der Kräuter ein: Wie erkennt man sie? Wofür kann man sie verwenden? Und was macht sie so besonders?

In spielerischer Atmosphäre lernen Jung und Alt auf kreative Weise, wie Heil- und Küchenkräuter unseren Alltag bereichern können – ob beim Riechen, Fühlen, Basteln oder Probieren. Ein Tag zum Mitmachen, Lernen und Genießen, der gleichzeitig Spaß macht.

Einfach vorbeikommen, mitmachen und die Kraft der Natur entdecken!
Eltern haften für ihre Kinder.



So, 07.06.2026

13.00 – 16.00 Uhr



kostenlos



Kneippwinkel im Stadtbad,
Dammstr. 28, Landshut



Kneipp-Vorstand
Sigrid Sikorski (Anm.)

Kneipp-Willkommenskurs

Was steckt hinter dem Begriff „Kneippen“ und wie lässt sich diese traditionelle Methode heute anwenden? Sie erhalten praktische Einblicke in verschiedene Kneipp-Anwendungen wie Wassertreten, Armbad, Güsse und weitere vitalisierende Impulse.

Erleben Sie, wie einfach es sein kann, das Immunsystem zu stärken und das Wohlbefinden zu fördern – ganz ohne großen Aufwand. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Kneipp-Elemente wirkungsvoll und alltagstauglich in Ihr Leben integrieren können – für mehr Energie, Balance und Lebensfreude.



Mi, 17.06.2026
18.30 - 20.00 Uhr



kostenlos



Kneippwinkel im Stadtbad,
Dammstr. 28, Landshut



Sigrid Sikorski (Anm.)
Katrin Barth

Einladung zum Sommerfest!

Kommen Sie vorbei und feiern Sie mit uns ein fröhliches Sommerfest! Wir grillen Würstel und freuen uns über Beiträge – bringen Sie gerne Salate, Aufstriche oder Desserts mit! Gemeinsam schaffen wir eine tolle Atmosphäre für alle. Ein kleiner Unkostenbeitrag wird erhoben. Für Getränke wird gesorgt.



Sa, 27.06.2026
16.30 Uhr



Kneippwinkel im Stadtbad,
Dammstr. 28, Landshut



Kneipp-Vorstand
Sigrid Sikorski (Anm.)

*Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt,
muss eines Tages viel Zeit für die Krankheit opfern.*

Sebastian Kneipp



Verwöhnabend im Kneippwinkel mit Wasser & Salz

Wir starten mit einer Abendmeditation mit einer Salzwasser-Schale um den Stress der Woche hinter uns zu lassen. Salz und Kräuter sind echte Naturwunder für die Hautpflege! Sie wirken reinigend, entzündungshemmend, durchblutungsfördernd und duften oft herrlich. Wir stellen ein Kräuter-Salz-Peeling für Gesicht & Körper her, probieren dies gleich aus und runden den Abend mit einer beruhigenden Gesichtsmaske ab. Lassen Sie sich von wertvollen Tipps und spannenden Informationen inspirieren, wie Sie Wasser und Salz in Kombination mit frischen Kräutern für Ihre Gesundheit nutzen können. Währenddessen verwöhnen wir Sie mit köstlichem Wasser & Salz-Snacks und einem erfrischenden Getränk.

Mitzubringen sind 1 Handtuch und 1 Thermoskanne. Maximal 10 Teilnehmer



Fr, 03.07.2026

16.30 Uhr - 18.00 Uhr

 8 €



Kneippwinkel im Stadtbad
Dammstr. 28, Landshut



Steffi K. (Anmeldung bitte bis 3 Tage vor Veranstaltungstermin)

Aufg 'strichen und Eing 'schenkt

Ein Abend zum Genießen und Verweilen: Bei unserem Weinabend erwartet Sie eine feine Auswahl an guten Weinen, begleitet von verschiedenen gesunden Aufstrichen – liebevoll zubereitet und voller Geschmack.

In gemütlicher Atmosphäre laden wir zum Austausch ein: Ob angeregte Gespräche, neue Begegnungen oder einfach ein entspanntes Zusammensein – dieser Abend verwöhnt Körper und Seele gleichermaßen.



Do, 23.07.2026

18.30 Uhr

 8 €



Kneippwinkel im Stadtbad,
Dammstr. 28, Landshut



Kneipp-Vorstand
Katrin Barth (Anm.)

Kneipp-Willkommenskurs für Kinder (6–14 Jahre) Mit Wasser, Bewegung und Spaß gesund bleiben

Was ist eigentlich „Kneippen“ – und warum macht es so viel Spaß? In unserem Willkommenskurs entdecken Kinder spielerisch, wie Wasser, Bewegung und Natur helfen können, gesund und fröhlich zu bleiben. Gemeinsam probieren wir einfache Kneipp-Anwendungen aus, wie das lustige Wassertreten, frische Armbäder oder kleine Güsse – alles ganz ungefährlich und mit viel Freude. Eltern haften für ihre Kinder.



Mi, 29.07.2026
16.00 - 17.30 Uhr



kostenlos



Kneippwinkel im Stadtbad,
Dammstr. 28, Landshut



Sigrid Sikorski (Anm.)
Miriam Sikorski

AB SOFORT MÖGLICH!

Aufgrund der zahlreichen Nachfragen können ab sofort hochwertige Gutscheine für die Veranstaltungen verschenkt werden.

Bei Anfragen bitte an Sigrid Sikorski wenden.



GUTSCHEINE

Untätigkeit schwächt, Übung stärkt, Überlastung schadet.

Sebastian Kneipp

Sommerpause im August





Genussradwoche für Senioren mit E-Bike

Ein abwechslungsreicher Radurlaub erwartet uns rund um Abensberg – mitten in der idyllischen Hallertau. Von unserer Unterkunft aus starten wir zu Sternfahrten auf dem Laber-Abens-Radweg, dem Altmühlradweg und dem Donauradweg. Dabei entdecken wir reizvolle Ziele wie Kelheim mit dem Kloster Weltenburg, das historische Riedenburg, die UNESCO-Welterbestadt Regensburg, Neustadt a.D., Bad Gögging und viele weitere kulturelle und landschaftliche Highlights.

Genuss, Bewegung und Naturerlebnis – perfekt kombiniert!



So, 30.08. – Sa, 05.09.2026



Abensberg



Ingeborg Pongratz (Anm.)

Geheimnisvolle Kneip(p)-en Tour durch Landshut

Eine geführte Tour zu Fuß durch Landshut mit Monika Liebel (Stadtführerin) und Dirk Unger (Kneipp-Gesundheitstrainer), bei der die Teilnehmer viele Geheimnisse der Landshuter Geschichte in Begleitung mit den 5 Elementen nach Sebastian Kneipp erleben können. Die Tour beginnt an der Heilig-Geist-Kirche und endet mit einem gemütlichen Ausklang im Firmerbräu.

Dauer der Tour ca. 2 Stunden, mindestens 10 Teilnehmer



Do, 24.09.2026
17.00 Uhr



Heilig-Geist-Kirche, Heilig-Geist-Gasse 394, Landshut



Tour: 10 € Mitglieder
15 € für Gäste
Firmerbräu: Selbstzahler



Monika Liebel, Dirk Unger
Sigrid Sikorski (Anm.)

Wenn seine Gesundheit lieb und teuer ist, biete das Mögliche auf, in reiner Luft seine Zeit zu verbringen.

Sebastian Kneipp

Meditation II

Durch Meditation finden wir zur Ruhe und Gelassenheit, bringen Körper und Seele ins Gleichgewicht, stoppen das „Gedankenkarussell“ und finden zu kontinuierlicher Achtsamkeit und Konzentration.

Mitzubringen sind Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.



Di, 06.10.2026
Di, 13.10.2026
Di, 20.10.2026
Di, 27.10.2026

jeweils 19.00 – 20.30 Uhr



Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben



Uta Spitzenberger-Räbiger (Anm.)



30 € Mitglieder, 35 € Gäste (Für alle vier Termine)

Spazierend das Gedächtnis trainieren

Offenbar können wir dem Alter buchstäblich davonlaufen. Unsere Spaziergänge im Freien in der Natur bieten nicht nur die Gelegenheit sich zu bewegen, sondern gleichzeitig mit speziellen Denkübungen auch etwas für die grauen Zellen zu tun. An 4 Donnerstagen werden wir in 90 Minuten unsere Sinne schärfen und mit abwechslungsreichen Übungen unsere Konzentration, Merkfähigkeit, Koordination und Wahrnehmung trainieren.

Leistungsgedanke und Geschwindigkeit spielen dabei keine Rolle. Im Vordergrund stehen Freude an der Bewegung und geistige Anregung sowie Spaß am sozialen Miteinander.

Bitte wetterfeste Kleidung und bequeme Schuhe mitbringen. Die Veranstaltungen finden bei jedem Wetter statt.



Do, 08.10.2026
Do, 15.10.2026
Do, 22.10.2026
Do, 29.10.2026

jeweils 10.00 –
11.30 Uhr



Eisstadion Landshut,
Gutenbergweg 32, Landshut



Edith Hartmann (Anm.)
Trainerin geprüft nach BVGT



40 € Mitglieder,
43 € Gäste (Für alle vier Termine)



Mehr Genuss am/im Leben mit Sebastian Kneipp?

Wollen wir nicht alle mehr genießen? Dem Leben nicht mehr Tage, sondern den Tagen mehr Leben geben? Mehr **vom** Leben, mehr **im** Leben genießen? Was macht den Genuss aus? Welches Prinzip steckt dahinter? Wie kann die Gesundheitslehre von Sebastian Kneipp uns hierbei unterstützen?



Do, 15.10.2026
19.00 Uhr



Loftstadel in der Knoglerei,
Weißnauer Weg 1, Landshut



15 € Mitglieder
20 € Gäste



Dirk Unger
Sigrid Sikorski (Anm.)

Waldbaden

Absichtslos, ohne Zeitdruck und Erwartungen sich treiben lassen, schlendern, beobachten, seine Sinne öffnen, rasten, meditieren, atmen, in Beziehung treten zu sich und zur Natur, das ist Waldbaden! Die Zeit im Wald, in der das völlige Loslassen und sich treiben lassen im Vordergrund steht, kann Sie in vielerlei Hinsicht unterstützen. In speziell für Sie ausgesuchten kleinen Übungen, die unsere Sinne sensibilisieren, stärken Sie Körper, Geist und Seele gleichermaßen. Ein Waldbad ist grundsätzlich für jeden geeignet, der sich gerne draußen in der Natur und im Wald aufhält.
Mindestteilnehmerzahl 5



Sa, 24.10.2026
13.30 – 16.30 Uhr



Treffpunkt wird bei Anmeldung
bekanntgegeben



30 €



Silke Pech (Anm.)
(Anmeldung bitte bis 7 Tage vor
Veranstaltungstermin)

Entenessen

Genießt mit uns beim Entenessen eine gesellige Runde am Mittag. Kommt vorbei, bringt gute Laune mit und lasst uns bei netten Gesprächen eine schöne Zeit verbringen. Wir freuen uns auf euch!



Sa, 07.11.2026
12.00 Uhr



Gasthaus Popp, Reichersdorf 19,
84079 Bruckberg



Selbstzahler



Hedda Wenzlow (Anm.)

Wunderwerk Verdauung

Verdauung ist weit mehr als „nur“ etwas für den Stuhlgang zu produzieren. Vom Essen bis zur Toilette passieren wahre Wunder im Körper. Lernen Sie diese näher kennen und staunen Sie, was der Darm sonst noch alles kann. Natürlich bekommen Sie auch viele praktische Tipps, wie Sie die Verdauung unterstützen und damit Ihr Wohlbefinden maßgeblich verbessern können.



Di, 10.11.2026
19.00 – 21.00 Uhr



Cartago Software, Ergoldinger Str. 2a,
Landshut (Eingang Rückseite vom Auto-
haus EuroCar, Parken hinter Penny PP)



7 € Mitglieder
10 € Gäste



Marion Engel (Anm. bitte bis
3 Tage vor Veranstaltungstermin)

Kneipp-Adventfeier

Gemütlicher Jahresausklang bei Kaffee und Kuchen mit adventlicher Musik und der Ehrung langjähriger Mitglieder.



Sa, 28.11.2026
15.00 Uhr



Ergoldinger Stuben, Am Sportpark 1,
Ergolding



Sigrid Sikorski (Anm.)

Werden Sie Mitglied im Kneipp-Verein Landshut e.V.

Wir freuen uns auf Sie und machen Sie mit!

VORTEILE

- Sie nutzen ein vielfältiges gesundheitsorientiertes Angebot für Bewegung und Entspannung
- Sie lernen Kneipp-Anwendungen und ihre positiven Wirkungen kennen
- Sie finden Kontakt mit Gleichgesinnten bei Ausflügen, Wanderungen usw. und erleben Geselligkeit bei verschiedenen Anlässen
- Sie erhalten Vergünstigungen bei Aus-, Fort- und Weiterbildungskursen in der Sebastian-Kneipp-Akademie
- Sie verbringen Ihren Urlaub zu ermäßigten Preisen in den Kneipp-Bund Hotels in Bad Wörishofen und Bad Lauterberg
- Sie erhalten alle zwei Monate ein Kneipp-Journal mit interessanten und vielschichtigen Themen rund um Gesundheitsförderung und Prävention

... und vieles mehr.



MITGLIEDSBEITRAG JÄHRLICH:

Einzelmitgliedschaft:	30 €
Familienmitgliedschaft:	40 €

Aus rechtlichen Gründen wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Teilnahme an den einzelnen Veranstaltungen sowie bei den Fahrgemeinschaften jeweils auf eigene Gefahr unter Ausschluss der Vereinshaftung erfolgt. Jedes Mitglied und jeder Gast handelt eigenverantwortlich. Auf den Veranstaltungen werden Fotos gemacht, mit deren auch späteren Verwendung Sie sich durch den Besuch der jeweiligen Veranstaltung einverstanden erklären.



KNEIPP VEREIN LANDSHUT e.V.

 Sigrid Sikorski, Rennweg 45, 84034 Landshut


 0157 / 50 61 72 83

 sigrid.spirit@gmx.de



www.kneipp-verein-landshut.de

 kneippverein_landshut

 Kneippverein Landshut



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