



PROGRAMM 2020

Das Jahresmotto 2020 der Kneipp-Bewegung

5 Elemente

**Wasser – Bewegung – Ernährung –
Lebensordnung – Heilpflanzen**

Einfach. Ganzheitlich. Natürlich.



Sehr geehrte Damen und Herren,

das Behandlungsspektrum der fünf Elemente der Kneipp-Therapie ist immens. Neben dem Aspekt der Prävention können viele gesundheitliche Beschwerden auch geheilt oder Schmerzen gelindert werden. Dies bedeutet besonders im Hinblick auf die besorgniserregende Zunahme der sogenannten Zivilisationskrankheiten ein enormes Potenzial. So kann eine Integrative Medizin einen Beitrag dazu leisten, das steigende Bedürfnis der Menschen nach sanfter, natürlicher Medizin zu unterstützen, indem sie bei ihren Empfehlungen auch auf naturheilkundliche Maßnahmen zurückgreift und eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen vornimmt.

Die Kneippschen Naturheilverfahren wurden stetig und auf Basis neuester wissenschaftlicher Forschungsergebnisse weiterentwickelt und umfassen heute die fünf Elemente. Hinter diesem ganzheitlichen Ansatz verbirgt sich die Erkenntnis, dass ein richtig funktionierendes Immunsystem, eine umfassende

körperliche Fitness und eine gute Stressresistenz wichtig für die Selbstheilungskräfte sind, mit denen die Widerstandsfähigkeit gestärkt wird.

Wir wünschen allen Kneipp-Freunden und an Kneipp Interessierten eine aktive und gesunde Zeit und freuen uns auf Ihre Teilnahme an den Veranstaltungen.

Ihre

Ingeborg Pongratz MdL a.D.

Vorstand Kneipp-Verein Landshut e.V.

Landesvorsitzende Kneipp-Bund Landesverband Bayern e.V.

Präsidentin Kneipp Worldwide

Ihre

Sigrid Sikorski

Vorstand Kneipp-Verein Landshut e.V.

Kneipp-Gesundheitstrainerin

Jeden Dienstag, 11 Uhr

Stadtspaziergänge in und um Landshut in den Wintermonaten

Treffpunkt: Ländtorplatz (Bushaltestelle)

Anfragen bei **Lotte Rinkel**

Bitte Presseankündigung am Montag unter „Vereine“ beachten.

Jeden Mittwoch, 16 Uhr

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.

Übungsleiterin **Maria Maier**

Treffpunkt: Stadtbad, Raum Schwimmclub (SC) 53

Landshut, Dammstr. 28

Gebühr 3 € Mitglieder, 4 € Gäste

Anfragen bei **Ingrid Kraheberger**

Auskünfte zu den jeweiligen Angeboten erteilen gerne:

Ingeborg Pongratz	Tel. 0871/61622
Sigrid Sikorski	Tel. 0871/66453
Katrin Barth	Tel. 0171/2656139
Monika Liebel	Tel. 0871/2765376
Ingrid Kraheberger	Tel. 0871/67518
Lotte Rinkel	Tel. 0871/66390
Rosemarie Zeilhofer	Tel. 0871/4640851
Hedda Wenzlow	Tel. 0871/48289940

Sonntag, 2. Februar, 11 Uhr

Winterwanderung nach Berndorf mit Familie

und Einkehr zum Mittagessen im Gasthof Berndorf

Organisation und Anmeldung **Katrin Barth**

Treffpunkt: SC – Bergstadion, Weickmannshöhe 20

Montag, 17. Februar, 19 – 20.30 Uhr

Einführung in die Traditionelle Europäische Medizin (TEM)

Auch unser Kontinent hat eine medizinische Tradition, die sich ganzheitlich bezeichnet und natürlich auch Kneipps Lehre enthält. Wer sich selber gut kennt und beobachtet, findet in der TEM interessante Möglichkeiten für Prävention und Behandlung. Der Abend stellt die verschiedenen Bereiche und Techniken der TEM vor und lässt sie mit Impulsen und praktischen Tipps für den Alltag nach Hause gehen.

Referentin: **Marion Engel**, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Diplom TEM Kompakt. Gebühr 5 €

Treffpunkt: Magdalenenheim, Christoph-Dorner-Str. 9

Anmeldung: **Sigrid Sikorski**

Donnerstag, 20. Februar, 10 Uhr

Geistig fit ins Frühjahr – Gedächtnistraining

Geistiges Training, Bewegung und soziale Kontakte wirken dem Synapsenverlust entgegen. Synapsen leiten Infos von Nervenzelle zu Nervenzelle. Halten Sie Ihre geistige Fitness in Schwung

mit neuen und abwechslungsreichen Denk- und Bewegungsübungen in vier Übungsstunden mit Trainerin **Edith Hartmann**, geprüft nach BVGT. Kursgebühr 30 €

Treffpunkt: Stadtbad, Raum SC 53, Dammstraße 28

Anmeldung: **Ingeborg Pongratz**



Sonntag, 1. März, 12.30 Uhr

Winterwanderung zur Schlossberghütte der Naturfreunde

Spaziergang mit Familienmitgliedern. Einkehr zu Kaffee, Kuchen oder Brotzeit.

Treffpunkt: Gasthaus Zollhaus, Äußere Münchener Str. 83
Anfragen bei **Ingeborg Pongratz**



Sonntag, 8. März, 17 Uhr

„Petrus-Musical“

Chor Arche Noah, Weng
Pfarrkirche Wörth. Einladung vom Kneipp-Verein Wörth,
Inge Nirschl

Anmeldung zu Fahrgemeinschaften bei **Ingeborg Pongratz**

Montag, 9. März, 20 Uhr

Frühlingsanfang: Vollmondwanderung – Abendspaziergang

Gegen Stress und Anspannung – gut für Körper, Geist und Seele. Ein Spaziergang wirkt blutdrucksenkend, stimuliert unsere Fußsohlen und trainiert unsere Venen.

Leitung **Sigrid Sikorski**

Treffpunkt: Eisstadion/Isarseite

Anmeldung bei **Lotte Rankel**

Mittwoch, 18. März, 19 – 20.30 Uhr

Kneipp-Kurs

Kleiner Aufwand – Große Wirkung

Theorie und Praxis.

Kneipp-Gesundheitstrainerin **Sigrid Sikorski** stellt das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp vor.

Teilnehmerbeitrag 8 €.

Treffpunkt: Magdalenenheim, Christoph-Dorner-Str. 9

Anmeldung **Sigrid Sikorski**

Sonntag, 22. März, 11 Uhr

Internationaler Weltwassertag



Der Weltwassertag wurde anlässlich der Weltkonferenz „Umwelt und Entwicklung“ 1992 in Rio de Janeiro ins Leben gerufen und wird seit 2007 alljährlich begangen. Jeder Mensch möge sorgsam mit Wasser umgehen und selbstverantwortlich Wasser einsparen. Kleine Wanderung von der Isar, den Roßbach entlang bis Kumhausen, Einkehr Gasthaus Don Camillo.

Treffen Gasthaus Zollhaus, Äußere Münchner Str. 83

Anmeldung **Ingeborg Pongratz**

Dienstag, 31. März, 16 Uhr

„Frühlingserwachen“ auf Balkon und Garten

Frische Kräuter für die gesunde Ernährung, Balkonpflanzen, Blumen und Sträucher stellt Gärtnermeisterin **Gertraud Rössl** vor.

Treffpunkt: Gärtnerei Rössl, Ergoldinger Str. 12, nach der Bahnüberführung rechts (Bayerwaldsiedlung)
Anmeldung bei **Ingeborg Pongratz**



Mittwoch, 1. April, 19 – 21 Uhr, VHS-Kurs

Kneipp, klare Sprache, wirksame Methoden

Fünf Zitate von Sebastian Kneipp genügen, um sein traditionelles Naturheilverfahren zu verstehen. Sie lernen und erfahren auch praktisch, wie seine schnell und leicht durchführbaren Anwendungen abhärten und viel Gutes bewirken. Gesund, schön und entspannt – was immer sie sein möchten, mit Kneipp'schen Anwendungen ist alles für Alt und Jung möglich.

Referentin: **Marion Engel**, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Diplom TEM Kompakt. Gebühr 3 €
Anmeldung bei **VHS**, Ländgasse 41, Tel. 922920

Montag, 20. April, 19 – 21 Uhr, VHS-Kurs – Workshop

Kneipp für Frauen

Von Beschwerden bis zur Schönheit

Regelschmerzen, Schwangerschaftsstreifen und Hitzewallungen plagen viele Frauen. Das muss nicht sein, denn mit den passenden Kneipp'schen Anwendungen ist Linderung möglich. Und für die Schönheit der Haut, Brust und Gesicht muss Frau nicht mal leiden, wenn sie auf Kneipp hört. Der Workshop stellt die Grundlagen und Wirkprinzipien des Wassers vor und zeigt praktische Anwendungen – frischen Teint, samtweiche Haut, Linderung bei Menstruationsbeschwerden und Wechseljahrsbeschwerden, Tipps für frischgebackene Mütter.

Referentin: **Marion Engel**, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Diplom TEM Kompakt. Gebühr 3 €
Anmeldung bei **VHS**, Ländgasse 41, Tel. 922920

Ab 21. April jeden Dienstag, 10.30 Uhr

Fit mit dem Rad in den Frühling

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

Treffpunkt: Stadtbad, Dammstraße 28, Landshut
Anfragen bei **Lotte Rankel**. Pressehinweise am Montag unter „Vereine“ beachten.



Montag, 27. April, 17.30 Uhr

„Notfall-Apotheke aus der Natur“

„Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen.“ Dieses Sprichwort meint, dass die Natur viele Blätter, Blüten oder Früchte bereit hält, die der Mensch als Soforthilfe und zum Gesundbleiben bzw. Gesundwerden braucht. Ein Kurzvortrag über die wichtigsten Heilpflanzen, im praktischen Teil werden ein Anti-Juck-Balsam und eine Rosmarin-Tinktur hergestellt.

Referentin: **Susanne Remiger-Seimel**, Kräutereexpertin, Vorstandsmitglied Kneipp-Verein Wörth.

Treffpunkt: „Landshuter Kinderinsel“, **Dresdener Str. 34, 84036 Landshut-Auloh**. Unkostenbeitrag 10 €
Anmeldung bei **Katrin Barth**

Mittwoch, 29. April, 18 Uhr

Vorstandssitzung

für Vorstands- und Beiratsmitglieder
Vorbereitung der Jahreshauptversammlung

Mittwoch, 29. April, 19 Uhr

Jahresmitgliederversammlung mit Neuwahlen

Café Isartürl, Hl.-Geist-Spital, Altstadt 100, Landshut
Es erfolgt eine gesonderte Einladung mit Tagesordnung

Samstag, 9. Mai, 10 – 16 Uhr

Regionaltagung für die Kneipp-Vereine in Niederbayern/Oberbayern in Freising

Bildung von Fahrgemeinschaften.

Anfragen: **Ingeborg Pongratz**, Landesvorsitzende des Kneipp-Bund Landesverband Bayern e.V.

Sonntag 17. Mai, ab 14 Uhr

Start in die neue Bade- und Kneipp-Saison mit Ankneippen im Kneipp-Winkel

Motto 2020: Fünf Elemente

„Einfach. Ganzheitlich. Natürlich.“

Zum 199. Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp treffen wir uns im Kneipp-Winkel zu Kaffee und Kuchen. Wir laden Gäste aus der vom Kneipp-Bund zertifizierten Kindertageseinrichtung „Landshuter Kinderinsel“ ein. Gerne begrüßen wir die Kinder mit ihren Eltern und binden sie ins Programm ein.

- Wasseranwendungen für Jung und Alt
- Kneipp-Infos: Wie kneippt man richtig
- Wissenswertes um die fünf Wirkprinzipien
- Güsse aus dem Schlauch (Gießrohr)
- Bewegungsprogramm – Meditation

Der Kneipp-Winkel ist täglich zu den Öffnungszeiten des Stadtbades für Mitglieder frei zugänglich. Es besteht eine Hausordnung, die es zu beachten gilt. Wenn das Stadtbad benutzt wird, ist selbstverständlich der Eintritt zu bezahlen. Getränke sind vorhanden gegen Bezahlung.

Ansprechpartnerin für den Kneipp-Winkel sind **Ingrid Kraheberger** und **Ingeborg Pongratz**



Freitag, 22. Mai, 19 Uhr

Maiandacht des Vereins „Die Naturfreunde“

Fahrradtour zur Kapelle der Schlossberghütte

18:15, Treffpunkt Gasthaus Zollhaus, Äußere Münchener Str. 83, anschließend Einkehr in der Schlossberghütte.

Anfragen bei **Lotte Rankel**

Donnerstag, 4. Juni, von 10 – 13 Uhr

Minigolfen beim 1. Bahnengolf-Club Landshut

Bewegung – Koordinierung – Geschicklichkeit
Aktivierung von Herz, Kreislauf und Atmung.
Einführung und Begleitung von Profis. Begrüßung
durch die neue Vorsitzende **Jutta Weber**.

Anschließend Einkehr in die eigene Gastronomie

Treffpunkt: Breslauer Str. 121, Landshut-Mitterwöhr

Anmeldung bei **Monika Liebel**

Dienstag, 9. Juni, und Dienstag, 23. Juni, 15 – 16 Uhr

Kneipp-Winkel: „Kinder kneipen“ mit ihren Eltern

Wassertreten, Armbad, Gesichtsguss, Knieguss,
Oberarmguss usw.

Ansprechpartner **Sigrid Sikorski** und **Ingeborg Pongratz**

Samstag, 27. Juni, 10.30 – 16 Uhr

Kneipp-Wohlfühl- und Wellnessstag

Kneipp-Anwendungen sind „Wellness“ pur. Erleben Sie
mit den fünf Elementen der kneippischen Philosophie
einen besonderen Tag. „Entspannen, es sich gut gehen
lassen, sich verwöhnen lassen“ ist das Tages-Motto.

Für die Verpflegung ist gesorgt.

Sigrid Sikorski, Dirk Unger, Katrin Barth, Marion Engel

Teilnehmerbeitrag: 20 €.

Treffpunkt: Kneipp-Winkel im Stadtbad, Dammstr. 28.

Anmeldung bei **Sigrid Sikorski**

Sonntag, 28. Juni, ab 11 Uhr

Einladung zum Sommerfest des Vereins „Die Naturfreunde“

Schlossberghütte, Ortsgruppe Landshut,
Beteiligung der Kneipp-Vereins-Mitglieder.

Anfragen bei **Ingeborg Pongratz**

Mittwoch, 1. Juli, 19 Uhr

Mediterrane und herzgesunde Kost mit regionalen Produkten – Gesunde Ernährung

Mediterrane Küche – das klingt nach Sonne und Ur-
laub, nach endlos lauen Sommerabenden. Herzgesund
und mediterranes Kochen, das ist eine hervorragende
Kombination mit frischen Kräutern, reifen Tomaten,
hochwertigen Ölen, Knoblauch und viel Gemüse.
Saisonale und regionale Zutaten.

Referentin **Rosemarie Zeilhofer**, Ökotrophologin

Teilnehmerbeitrag 5 €

Treffpunkt: Hl. Geistspital, Altstadt 100, Speisesaal

Anfragen und Anmeldung bei **Rosemarie Zeilhofer**

Freitag, 10. Juli, 19 Uhr

Waldbaden mit allen Sinnen

**Bewegung – Lebensordnung
Meditativer Waldspaziergang**

Die Kraft der Bäume spüren –
Der Natur lauschen – Stille erleben –
Warum uns die Natur so gut tut.

„Waldbaden“ als Entspannung und
Stressreduzierung.

Teilnehmerbeitrag 3 €

Organisation und Leitung

Ingeborg Pongratz

Treffpunkt: Parkplatz Klosterholz, Altdorf,

Am Banngaben (Hascherkeller), 84030 Landshut,

Abzweigung Klosterholzweg

Anmeldung bei **Ingeborg Pongratz**



Samstag, 25. Juli, 14 Uhr

Kneipp-Sommerfest

Mitgliederehrungen im Kneipp-Winkel

Wir beginnen mit Kaffee und Kuchen, ehren unsere treuen Mitglieder, danach genießen wir unsere Kneipp-Anwendungen. Am Spätnachmittag ist Grillen angesagt. Um Salat- und Kuchenspenden wird gebeten.

Anfragen bei **Ingrid Kraheberger**

Ende August

Zum Ende der Kneipp-Saison Dämmerschoppen „Altes Bier“

Je nach Witterung im Kneipp-Winkel (wird an der Hinweistafel bekannt gegeben) für alle Mitglieder. Brotzeit ist selbst mitzubringen.

Anfragen bei **Ingrid Kraheberger**

Dienstag, 22. September, 14 – 17 Uhr

Gesunde Ernährung

Workshop:

Trend „Clean eating“

Wurst-Geschmackserlebnisse ohne Zusatzstoffe & Co.

Barbara Zinkl und

Katrin Barth laden

ein in die 1. Bayerische Fleischerschule.

Sie existiert seit 92 Jahren. Ein Liveerlebnis, wie Kultwürste in

Bayern, z.B. die Weißwurst, nach den Originalrezepturen vom Gründer der Fleischerschule in Landshut, Max Schöner, hergestellt werden – mit Verkostung.

Treffpunkt: Straubinger Straße 16, 84030 Landshut

Anmeldung: **Katrin Barth**



Donnerstag, 1., 8., 15. und 21. Oktober, jeweils 10 Uhr

Denken im Gehen – verknüpft Gedächtnis- training mit Bewegung im Freien

Maßvolle körperliche Betätigung an frischer Luft, in grüner Natur und in vertrauter Gemeinschaft sind Balsam für die Seele. Das Training ist gut für das Herz-Kreislauf-System und bewirkt zusammen mit gezielten Gedächtnisübungen eine Steigerung der Gedächtnis- und Lernleistung. 4 Übungsstunden mit **Edith Hartmann**, geprüfte Trainerin (BVGT). Kursgebühr 30 €.

Treffpunkt: Eisstadion – Isarseite – Parkplatz

Anmeldung bei **Monika Liebel**



Dienstag, 6. Oktober, 19 – 21 Uhr

Thema Resilienz in Theorie und Praxis

Warum werden manche Menschen besser mit Belastungen fertig als andere und finden nach Krisen wieder schneller zur ursprünglichen Lebenskraft zurück? Weil sie Fähigkeiten haben, in schwierigen Situationen ihre körperliche, geistige und seelische Widerstandskraft zu aktivieren, die sie wieder ins Gleichgewicht bringt. Dieses besondere System kann geweckt und gefördert werden. Seminarleiter: **Dirk Unger**, Heilpraktiker und Kneipp-Gesundheitstrainer. Teilnehmerbeitrag 10 €.

Treffen: Magdalenenheim, Christoph-Dorner-Str. 9

Anmeldung bei **Sigrid Sikorski**

Ab Mittwoch, 7. Oktober, 16 Uhr

Fit und beweglich bleiben, den Körper stärken mit BLSV-Übungsleiterin Maria Maier

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

Gebühr 3 € Mitglieder, 4 € Gäste.

Treffpunkt: Stadtbad, Raum Schwimmclub 53, Landshut
Anfragen bei Ingrid Kraheberger.

Donnerstag, 10., bis Montag, 14. Oktober

Vier Tage Bad Wörishofen – Wellness-Tage

Gesundheit (er)leben im Kneipp-Bund Hotel in Bad Wörishofen mit Kneipp-Anwendungen DZ/EZ mit Balkon/ohne Balkon.
Eigenes Hinweisblatt.

Organisation und Begleitung Ingeborg Pongratz



Montag, 2. November, 15 Uhr

„Entwicklung der Hospizarbeit in Landshut“

Der Hospizverein Landshut hat derzeit ca. 100 ehrenamtliche Hospizbegleiter. Schwerpunkt ist die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen. Vorsitzender **Kunibert Herzing** und **Gertrud Riederer-Eichacker** stehen für Fragen gerne zur Verfügung.
Treffpunkt: Räumlichkeiten Hospizverein
Anfragen und Anmeldung Hedda Wenzlow

Montag, 9. November, 16 Uhr

Workshop „Wurzelzeit“

Viele Pflanzen haben große Bedeutung in der Volksmedizin, z.B. die Wurzeln Baldrian, Beinwell, Karde, Brennnessel und Löwenzahn. Diese Wurzeln werden kurz vorgestellt und im praktischen Teil werden ein Beinwell-Balsam gerührt und eine Kardentinktur hergestellt.

Dauer ca. 1½ Std., Teilnehmerbeitrag 10 €.

Referentin: **Susanne**

Seimel-Remiger, Kräuterspezialistin, Vorstandsmitglied Kneipp-Verein Wörth.

Treffpunkt: Magdalenenheim, Christoph-Dorner-Str. 9
Anmeldung bei Sigrid Sikorski



„Die Natur ist die beste Apotheke.“

Sebastian Kneipp 1821–1897



Donnerstag, 19. November, 19 – 21 Uhr

Klangschenmeditation – Klangmassage

Wohltuend für Körper, Geist und Seele. Eine innere Reise der Klänge mit **Sabine Härtl**, Klangschentherapeutin. Der Ton der Klangschen berührt unser Innerstes, er bringt die Seele zum Schwingen, wohltuend für Körper, Geist und Seele. In entspannter Atmosphäre kann man nachfühlen, wie sich die sanften, wohltuenden Klänge im Körper ausbreiten und uns auf eine Reise in innere Welten geleiten.

Teilnehmerbeitrag bei 12 Pers. pro Person 10 €.

Treffpunkt: Magdalenenheim, Christoph-Dorner-Str. 9
Anmeldung bei **Sigrid Sikorski**

Samstag, 5. Dezember, 14 Uhr

Kneipp-Adventfeier – Jahresabschluss

Ausblick auf das Kneipp-Jahr 2021:

200. Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp. Gemütlicher Jahresausklang bei Kaffee und Kuchen mit Geschichten von **Anton Gabler** und adventlicher Musik der Pantoffelmusi von **Max Gruber**.

Café Isartürl im Hl.-Geist-Spital, Altstadt 100

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.

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

Wir freuen uns auf **SIE**.

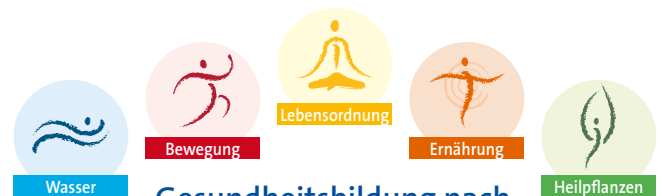
Kommen Sie vorbei und machen Sie mit!

Ihre Vorteile:

- ▶ Sie nutzen ein vielfältiges gesundheitsorientiertes Angebot für Bewegung und Entspannung
- ▶ Sie lernen Kneipp-Anwendungen und ihre positiven Wirkungen kennen
- ▶ Sie lernen die Verwendung von Heilkräutern kennen
- ▶ Sie finden Kontakt mit Gleichgesinnten bei Reisen, 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 zehnmal im Jahr das Kneipp-Journal mit interessanten und vielschichtigen Themen rund um Gesundheitsförderung und Prävention
- ▶ ... und vieles mehr.

Mitgliedsbeitrag jährlich:

Einzelmitgliedschaft: 30 €
Familienmitgliedschaft: 40 €



Gesundheitsbildung nach ganzheitlichem Konzept



*Ich will, dass meine Lehre
allen Menschen zu teil wird.*

Sebastian Kneipp 1821–1897

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

Kontakt:

Ingeborg Pongratz

Alpspitzweg 1, 84034 Landshut, Tel. 0871/61622

E-Mail: ingeborg.pongratz@web.de

Sigrid Sikorski

Rennweg 45, 84034 Landshut, Tel. 0871/66453

E-Mail: sigrid.spirit@gmx.de

Homepage: www.kneipp-verein-landshut.de