

natürlich gesund leben

Kneipp Aktiv-Club Salzburg - p.A. Renate Gschaider - Hauptstraße 15 - 5151 Nußdorf am Haunsberg

Kneipp: "five for life"



Kneipp Aktiv-Club
SALZBURG



Programm
Jänner bis Juni 2024

Ihr Kneipp Aktiv-Club Team



Maria Leitl
Stellv. Vorsitzende &
Wanderbegleitung
Tel.: 0650 8912089



Renate Gschaider
Vorsitzende
& Wanderbegleitung
Tel.: 0664 2506454

Rosemarie Fink
Stellv. Vorsitzende &
Wanderbegleitung
Tel.: 0662 425401

Wanderbegleitung



Maria Hiesinger, Christa Rampler
Wanderbegleitung
Christine Nowotny
Stellv. Vorsitzende & Wanderbegleitung



Magda Scheiblbrandner
Kassierin & Wanderbegleitung
Theresia Winkler, Gunda Lindtner,
Wanderbegleitung



Christine Schmidinger
Rechnungsprüferin



Ulli Moertl
Wanderbegleitung



Gabi Maidorfer
Fotografin

CR = Christa 0664/5550044 M = Maria 0664/7882306 RF = Rosemarie
CN = Christine 0664/73149325 R = Renate 0664/2506454 U = Ulli 0650/3924848

Liebe Mitglieder, liebe Kneippfreunde!

Die Hitzewellen des Sommers sind Geschichte, die Natur lädt zum Entspannen und Genießen ein. Finden Sie eine neue, wohltuende Haltung hinsichtlich der Herausforderungen, die mit dem Älterwerden einhergehen, gönnen Sie sich bewusst Auszeiten von negativen Nachrichten. Sebastian Kneipp erkannte, lange bevor die Life-Balance in alle Munde kam, dass es einer "Lebensordnung" bedarf.

Unser Angebot haben wir sorgfältig und abwechslungsreich ausgearbeitet. Sollte etwas für Sie dabei sein, zögern Sie nicht uns anzurufen.

Ich möchte mich bei Ihnen, liebe Kneippmitglieder, für die zahlreiche Teilnahme an unseren Veranstaltungen und die positiven Rückmeldungen bedanken.

Herzlich begrüße ich unsere neuen Mitglieder und freue mich auf rege Teilnahme bei unseren Veranstaltungen.

Bei den Wanderbegleiterinnen und allen Funktionären, die sich ehrenamtlich zur Verfügung stellen, möchte ich mich für die gute Zusammenarbeit sehr herzlich bedanken.

Manche Wanderungen mussten spontan geändert werden. Danke für Ihr Verständnis.

Um den Pflichtabgaben Folge leisten zu können, ersuche ich höflich den Mitgliedsbeitrag 2024 bis 31.01.2024 zu überweisen.

Falls Sie eine neue Adresse, Telefon- oder Handynummer, sowie eine Mail-Adresse haben, geben Sie uns diese bitte bekannt damit wir die Mitgliederdatei aktualisieren können.

**Ich wünsche allen Mitgliedern und Kneippfreunden
eine schöne Weihnachtszeit und ein gutes neues Jahr 2024**

Ihre Renate Gschaider

Kneipp Aktiv-Club Salzburg
p.A. Renate Gschaider
Hauptstraße 15
5151 Nußdorf am Haunsberg

E-Mail: kneipp-aktiv@aon.at
www.kneippbund.at/kac/aktiv-club-salzburg
ZVR-Zahl: 714317144
Konto-Nr.: AT92 2040 4005 0025 8053

"Gehirntraining mit Bewegung"

Diese Trainingsmethode weckt spielerisch die schlummernden geistigen Potentiale durch nicht alltägliche Übungen. Die Trainingsform ist für alle Menschen geeignet, verbessert den Gleichgewichtssinn und steigert somit die Leistungsfähigkeit im Alltag.

Termin: Freitag, 09.02.2024, Beginn 14:00 Uhr
Dauer: ca.1,5 Stunden
Ort: Veranstaltungsraum "Rosa Zukunft"
Rosa Hofmann Straße 6a, 5020 Salzburg
Anreise: BL 1, Haltestelle Noppingergasse
Beitrag: € 15,00 (NMG 25,00)
Anmeldung: bis **02.02.2024** bei Renate Gschaider
Tel.: 0664 2506454

Kegelnachmittag

Wir laden Sie ein zu einem lustigen Kegelnachmittag im Gasthof Mostwastl in Eicht. Jeder spielt gegen Jeden. Wir freuen uns auf viele Teilnehmer/innen.

Termin: Mittwoch, 21.02.2024 von 15:00 bis 17:00 Uhr
Ort: Mostwastlweg 3, 5082 Salzburg-Eicht
Anmeldung: bis 17.02.2024 Tel.: 0662/425401
Mit: Rosemarie Fink
Anreise: BL 5 Haltestelle Pflegerbrücke

Wohlfühltag in der Therme Bad Gastein

Tagesfahrt mit dem Zug zur "Felsentherme" Bad Gastein. Wir entspannen uns im radonhaltigen Wasser und können verschiedene Angebote kennenlernen.

Termine: Freitag, 15.03. und 05.04.2024
Abfahrt: 08:12 Uhr Hauptbahnhof
Rückfahrt: 16:17 Uhr
Mit: Christine Nowotny

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer!

Frühstück mit Kneipp

Nach einem gemütlichen Frühstück befassen wir uns mit der **Kneipp-Gesundheitslehre** und deren bis heute gültigen Erkenntnissen zu mehr Lebensfreude.

Ort: Cafe Resch & Frisch Neue Mitte Lehen
Schumacherstraße 14, 5020 Salzburg
Mit: Rosemarie Fink
Termine: 10.01., 07.02., 06.03., 03.04., 08.05. und
05.06.2024
jeweils Mittwoch von 9:00 bis 11:00 Uhr
Anreise: BL 8 und 11, Haltestelle: neue Mitte Lehen

Anmeldung unbedingt erforderlich: Tel. 0662/425401

Rückenfit Sie & Er (17x)

Traditionelle Wirbelsäulengymnastik für alle Muskeln unseres Körpers.

Termin: Mittwoch Beginn 10.01.2024

von 10:30 – 11:40 Uhr

Ort: Sportzentrum Mitte

Ulrike-Gschwandtner-Str. 6

Mit: Tina Renoth

Beitrag: € 84,00 (NMG € 94,00)

Fit in der 2. Lebenshälfte (17 x)

Abwechslungsreiches, wirbelsäulengerechtes Bewegungsprogramm, Kräftigung der gesamten Muskulatur, sowohl für mobile als auch für Personen mit leicht eingeschränkter Mobilität geeignet.

Termin: Donnerstag Beginn 11.01.2024

von 09:15 – 10:25 Uhr

Ort: Sportzentrum Mitte

Ulrike-Gschwandtner-Str. 6

Mit: Tina Renoth

Beitrag: € 84,00 (NMG € 94,00)

Information: Tina Renoth Tel.: 0699 19195364 oder
Magda Scheiblbrandner Tel.: 0664 3126689

Funktionelle Wirbelsäulengymnastik Sie & Er (15x)

Termin: Dienstag Beginn 09.01.2024

von 17:00 – 18:00 Uhr

Ort: Volksschule Hof

Mit: Helene Asböck

Beitrag: € 83,00 (NMG € 93,00)

Wir berechnen die Kursbeiträge so günstig wie möglich, um Vielen die Teilnahme an gesundheitsfördernden Aktivitäten zu ermöglichen.

Schnuppern ist jederzeit möglich!

Monatlicher Stammtisch im "Restaurant Johann" am Hauptbahnhof

Wir freuen uns auf rege Teilnahme und haben ein offenes Ohr für Ihre Fragen und Anliegen! Auch über neue Ideen oder Vorschläge würden wir uns freuen.

Wissenswertes übers "Kneippen" können Sie gerne erfahren.

Jeweils **Mittwoch** ab **14:00** Uhr einmal im Monat!

Termine: 10.01. / 07.02. / 06.03. / 03.04. / 08.05. / 05.06.2024

Mit: *Renate Gschaider, Rosemarie Fink, Christine Nowotny oder Maria Leitl*

Donnerstag - Wanderungen

Freude an der Bewegung im Wohlfühltempo in und rund um Salzburg "**Gemeinsam statt allein**" - wöchentlich.

Treffpunkt: Eingang Schloss Mirabell um 13:30 Uhr

Dauer: ca. 1 - 1 1/2 Std. - keine Anmeldung erforderlich!

Termine: 11.01. / 18.01. / 25.01. /
01.02. / 08.02. / 15.02. / 22.02. / 29.02./
07.03. / 14.03. / 21.03. /
04.04. / 11.04. / 18.04. / 25.04. / 02.05. / 16.05. /
23.05. / 06.06. / 13.06. / 20.06. / 27.06. 2024

Nach dem Spaziergang gibt es einen Besuch im Kaffeehaus!

Information: Magda Scheiblbrandner 0664/3126689

Mit: *Maria Leitl, Magda Scheiblbrandner, Theresia Winkler und Gunda Lindtner*

Dienstagswanderungen Kneipp Aktiv-Club Salzburg Jänner bis Juni 2024

Jänner 2024

- 02.01.24 **U** Fürstenbrunn entlang der Glan, Rest. Irodion
09:26 **Hanuschpl.** **BL21**
- 09.01.24 **CR** Itzling – Plainweg – Bergheim, GH Franz
10:00 **Treffpunkt: Hauptbhf.**
- 16.01.24 **M** Josefiaw – Hellbrunner Allee, GH Pflegerbrücke
10:00 **Treffpunkt: Josefiaw**
- 23.01.24 **CR** Urstein – Hallein, Pizzeria Bella Palma
10:21 **S-Bahn Hauptbhf.** **S3**
- 30.01.24 **M** St.Georgen - Au - Untereching, GH Eching
09:00 **Lokalbhf.** **S1**

Februar 2024

- 06.02.24 **CN** Haslach – St. Jakob – Urstein, Maximarkt
09:12 **Busbhf.** **BL160**
- 13.02.24 **R** Elixhausen – Anthering, Kernei´s Mostheuriger
(Faschingsdienstag) 09:50 **Busbhf.** **BL120**
- 20.02.24 **U** An der Salzach nach Rif–St. Leonhard,
GH Untersberg
10:00 **Treffpunkt: Salzburg Süd Bhf.** **S3**
- 27.02.24 **CR** Schlachthof–Lengfelden–Elixhausen
09:30 **Lokalbhf.** GH Solide Alm **S1**

März 2024

- 05.03.24 **CN** Taxham – entlang der Saalach, GH Grünauerwirt
09:35 **Busbhf.** **BL1**
- 12.03.24 **U** Marzoll – Grossgmain, GH Vötterl
09:05 **Busbhf.** **BL180**
- 19.03.24 **R** Markt Schellenberg–St.Leonhard, GH Untersberg
10:15 **Busbhf.** **BL840**
- 26.03.24 **M** Hof – Gängsattel – Koppl, GH Kirchenwirt
09:15 **Busbhf.** **BL150**

April 2024

- 02.04.24 **U** Weinbach – Bürgelstein – Strobl, GH Kirchenwirt
09:15 **Busbhf.** **BL150**
- 09.04.24 **RF** Um den Fuschlsee, GH Schlick
09:15 **Busbhf.** **BL150**
- 16.04.24 **CN** Freilichtmuseum – Hasenweg – Grossgmain,
09:35 **Busbhf.** GH Vötterl **BL180**
- 23.04.24 **U** Fraham - Grabensee - Mattsee, Pizzeria Laguna
09:20 **Busbhf.** **BL120**
- 30.04.24 **U** Unterjettenberg – Saalach – Bad Reichenhall
08:23 **Busbhf.** GH Bürgerbräu **BL260**

Mai 2024

- 07.05.24 **M** Hammerau – Högl, GH Johannishögl
09:42 **S-Bahn Hbf.** **S3**
- 14.05.24 **U** Von Reith nach Lofer, GH Hochmoos
08:23 **Busbhf.** **BL260**
- 21.05.24 **CN** Abersee – Strobl – Blinklingmoos,
08:15 **Busbhf.** GH Kirchenwirt **BL150**
- 28.05.24 **R** Anthering – Weitwörther Auen, GH Almeinkehr
09:00 **Lokalbhf.** **S1**

Juni 2024

- 04.06.24 **M** Moorrundwanderweg in Koppl, GH Kirchenwirt
09:15 **Busbhf.** **BL150**
- 11.06.24 **M** Mirabellplatz – Gaisberggrundwanderweg
09:35 **Mirabellplatz**, kein GH
BL151
- 18.06.24 **CR** Golling – Bluntatal, GH Bärenwirt
09:21 **S-Bahn Hbf.** **S3**
- 25.06.24 **CR** Faistenau – Vordersee – Hintersee, GH Ebner
09:00 **Busbhf.** **BL155**

Wetterbedingte Ersatzwanderungen können durch den Wanderbegleiter bestimmt werden. Wir bitten um Verständnis.

Es ist ratsam eine Jause mitzunehmen.

Schnuppern ist jederzeit möglich!

Ankneippen im zert. "Kneippotel" Hammerschmiede

Mit der Lokalbahn fahren wir nach Acharting und spazieren zur Hammerschmiede. Dort können wir die Kneippanlage benutzen. Kneippgüsse und Anwendungen unter Anleitung. Anschließend gibt es ein Mittagessen.

Bei Interesse gehen wir zum naheliegenden Wasserfall und können die Waldluft genießen.

Termin: Montag, 15.04.2024
Mit: Rosemarie Fink und Renate Gschaider
Treffpunkt: 09:30 Uhr Lokalbhf.
Anmeldung: bis 12.04.2024 unter Tel.: 0662/425401

Pilgern am Pinzgauer Marienweg

Wir beginnen den Weg langsam und gemächlich von Zell am See nach Maishofen. Die erste Etappe auf ebener Strecke sind 5 Kilometer.

Termin: Freitag, 26. 04. 2024
Abfahrt: 08:23 Uhr, Busbhf. BL 260
Anmeldung: bis 20.04.2024 unter Tel.: 0650 7639538
Mit: Usha Wintersteller

Die nächste Etappe führt uns von Maishofen nach Maria Alm. Mit 11 Kilometer ist sie etwas länger, aber leicht zu bewältigen.

Termin: Freitag, 10. 05. 2024
Abfahrt: 08:23 Uhr, Busbhf. BL 260
Anmeldung: siehe oben

Maiandacht in der Kirche St. Johann am Berg

Mit der S-Bahn fahren wir nach Neumarkt und spazieren zur Kirche St. Johann in Kleinköstendorf. Gehzeit ca. 30 Minuten.

Termin: Donnerstag, 23.05.2024
Mit: Rosemarie Fink und Renate Gschaider
Treffpunkt: 18:00 Uhr Hauptbhf.

Beginn der Maiandacht: 19:30 Uhr

Kneipp - Workshops

Tipps und Anregungen aus der Kneipp-Gesundheitslehre!

Termin: Montag, 15.01. und 13.05.2024
jeweils 14:00 bis 16:00 Uhr
Ort: Bewohnerservice Lehen, Strubergasse 27A
5020 Salzburg
Anreise: BL 7 und 4
Anmeldung: bis 09.01.2024 Tel.: 0662/425401
Mit: Rosemarie Fink und Renate Gschaider
Wertschätzungsbeitrag € 5,00 für Material

LEHAR FESTSPIELE Bad Ischl der Sterngucker von Franz Lehár

Wer hat Interesse an dieser Vorstellung am Sonntag 11. August 2024, Beginn 15:30 Uhr teilzunehmen?
Nähere Informationen gibt es bei Renate Gschaider 0664 2506454.

Qi Gong - Quelle der Lebenskraft

Harmonisierung des menschlichen Organismus. Nierenstärkendes Gehen, eine der wichtigsten Übungen im Qi Gong wird in dieser Stunde unter anderem gelehrt und geübt. Bequeme Kleidung mitbringen!

- Termin:** **Beginn, Montag 08.01.2024** wöchentlich
von 9:30 bis 10:30Uhr
- Beitrag:** € 60,00 (NMG € 70,00) 5 Einheiten
- Mit:** Brigitte Weiss, dipl. Qi Gong Lehrerin
- Ort:** Bewohnerservice Bolaring, Norbert Brüll Str.30
5020 Salzburg
- Anreise:** **BL 1, 9 und S2**, Haltestelle Europark
- Anmeldung:** bis 02.01.2024 unter Tel.: 0699 17160171
Mindestteilnehmer 5 Personen

Tageswanderung zur Ursprungalm in Schladming

Die Ursprungalm liegt in den Schladminger Tauern auf 1600m Seehöhe. Diese erreichen wir mit Bahn und Bus. Dort treffen wir die Kneipper von Haus im Ennstal. Gemeinsam wandern wir den Almweg zur Ignaz Mattis Hütte am Giglachsee. Gehzeit 1,5 Stunden, 300 Höhenmeter.

Diese Wanderung findet nur bei Schönwetter statt.

- Termin:** **Mittwoch, 26.06.2024**
- Abfahrt:** 08:16 Uhr, Hauptbhf. Salzburg
- Anmeldung:** bei Renate Gschaider bis 22.06.2024
Tel.: 0664 250 64 54

Tagesfahrt zu den Krimmler Wasserfällen

Es sind die höchsten Wasserfälle Österreichs. Mit dem Reisebus fahren wir nach Krimml, von dort bringt uns ein Nationalparktaxi zum historischen Krimmler Tauernhaus. Das Achenal liegt vor uns, von hier kann man einen Rundweg oder bis zum Talschluss wandern.

Am Rückweg gehen wir den Wasserfallweg nach Krimml.

Programmänderung vorbehalten.

Termin: **Mittwoch, 15.05.2024**

Abfahrt: 08:00 Uhr, Hotel Wyndham

Anmeldung: bis **08.05.2024** bei **Renate Gschaider**

Kosten: € 60,00 Fahrt und Eintritte NMG € 70,00

Mindestteilnehmer 35 Personen

Tel.: 0664 250 64 54

E-Mail: kneipp-aktiv@aon.at

Rückfahrt nach Salzburg: 17:00 Uhr

Tanzberger Reisen
Ges.m.b.H.
Autobus- u. Taxiunternehmung

A-5324 Faistenau

Lidaunstr. 14

Tel. 0 62 28/22 61

Fax 0 62 28/26 16

Adolf 0664/323 4070

Hubert 0664/323 4071





Wieviel Zeit bleibt Ihnen heute für sich selbst?

Wir sind einer dieser Orte, an dem Sie sich
wieder selbst entdecken können.

www.kurhaus-schaerding.at | Tel. 07712/3221

Gesundheitswoche im Kneipp-Gesundheitszentrum der Barmherzigen Brüder in Schärding

Termin: So, 28.01.2024 bis Sa, 03.02.2024

Bustransfer: Salzburg - Schärding - Salzburg

Pro Person im Preis inkludiert:

- 1 Teilmassage, 1 Oberkörperwaschung, 5 Kneippgüsse,
- Aquathek und Kräuter-Teebar in der Bibliothek,
Gesundheitsgymnastik (Mo.– Fr.);
- Benützung von Hallenbad, Dampfbad, Sauna, Fitnessraum,
Wassertretbecken;
- Bademantel u. Badetücher während des Aufenthaltes;

Gesamtpreis (Vollpension pro Person zzgl. Ortstaxe)

EZ	"Kneipp" innenhofseitig	€ 954,00
DZ	"Kneipp"+	€ 1020,00
EZ	"Kneipp"+	€ 1020,00
DZ	"Kurhaus" innenhofseitig	€ 1026,00
EZ	"Kurhaus" parkseitig	€ 1044,00
	Unkostenbeitrag für Nichtmitglieder	€ 25,00

Mit: Renate Gschaider

Tel: 0664-2506454 oder E-Mail: kneipp-aktiv@aon.at

Anmeldung: prompt nach Erhalt des Programms

Bustransfer: Salzburg - Schärding - Salzburg

am: So, 28.01.2024 Abfahrt: 14:00 Uhr

wo: Hotel Wyndham (Fanny-von-Lehnert-Straße)

Rückfahrt: Sa, 03.02.2024 nach dem Mittagessen

Mindestteilnehmer: 20 Personen

Wir empfehlen Ihnen ärztliche Untersuchung oder zusätzliche
Therapien vorab telefonisch im Kurhaus Tel. 07712/3221 zu
reservieren.



Goldene Genussstage

AUSZEIT MIT MEHRWERT IM ANTON BRUCKNER JAHR

Lassen Sie, wie einst der weltberühmte Komponist, den Alltag hinter sich, entspannen Sie in der Natur und genießen Sie die Wohlfühlwendungen im Haus.

- » Vollpension „Gesunde Auszeit“
- » 1 Kräuter-Auflage und 1 TEM Guss
- » Teilnahme am 5-Säulen-Gästeprogramm
- » Wyda – Mental- und Körpertraining

Tipp

Die Kraft der Berührung: Heilmassagen zubuchbar!

EZ/DZ „Klösterlich“
 3 Nächte € 309,-
 4 Nächte € 419,-
 6 Nächte € 625,-

EZ/DZ „Komfort“
 3 Nächte € 423,-
 4 Nächte € 571,-
 6 Nächte € 853,-

EZ/DZ „Studio“
 3 Nächte € 444,-
 4 Nächte € 599,-
 6 Nächte € 895,-

Preise pro Person und inkl. Ortstaxe. Angebot gültig bis Ende Dezember 2024.

Curhaus Bad Kreuzen

4362 Bad Kreuzen | 07266/6281
 badkreuzen@marienschwestern.at

Curhaus Bad Mühllacken

www.curhaus.at

KNEIPP - Wohlfühlwoche im Curhaus Bad Kreuzen

Termin: Sonntag 16.06.2024 bis Samstag 22.06.2024

Inkludierte Leistungen:

- 6 Nächte mit Kneipp Vollpension "Gesunde Auszeit"
- 2 Kräuter-Nackenauflagen
- 1 Wechsel-Armbad
- 1 Wechsel-Knieguss
- 1 Ganzheitliche Vier-Temperamente-Behandlung "**Reflexologie**"
- 5x Gruppengymnastik pro Woche

Angebot und Bustransfer ab 20 Personen

Angebot pro Person:

EZ/DZ "Komfort" DU/WC, Balkon und TV inkl. Bustransfer für Mitglieder € 915,00

EZ/DZ "Klösterlich" für Mitglieder € 745,00

Zusätzliche Therapien zubuchbar, vorab telefonisch im Curhaus reservieren.
Tel. 07266/6281. Ortstaxe ist im Preis enthalten.

Unkostenbeitrag für Nichtmitglieder **€ 25,00**

Der Aufenthalt beginnt mit dem Abendessen und endet nach dem Frühstück.

Anzahlung: € 100,00 bis 29.02.2024

Restzahlung: bis 13.04.2024

Information und Anmeldung ab sofort:

Maria Leitl, Tel.: 0650 891 20 89

oder per E-Mail: maria.leitl@gmx.at

Bustransfer: Salzburg - Bad Kreuzen - Salzburg

Abfahrt: So, 16.06.2024 12:30 Uhr

Wo: Hotel Wyndham (Fanny-von-Lehnert-Straße)

Rückfahrt: Sa, 22.06.2024 10:00 Uhr

Einladung zur Fröhschicht in der Fastenzeit

Ein kurzes Innehalten zum Tagesbeginn, ein schlichter Gedanke in den Tag hinein.

Termin: Donnerstag, 15.02.2024
Beginn: 06:30 Uhr
Ort: Kapuzinerklosterkirche Salzburg
Mit: Rosemarie Fink

Weitere Termine: 22. und 29.02., 07., 14. und 21.03.2024

Bei Unwetterwarnungen und Starkregen finden keine Wanderungen statt!

Gutes Schuhwerk ist immer Voraussetzung!
Die Teilnahme an unseren Aktivitäten erfolgt für jeden auf eigene Verantwortung, es besteht kein Versicherungsschutz seitens des Kneipp Aktiv-Club Salzburg.
Keine Haftung für Verletzungen oder sonstige Ereignisse.
Wir bieten nur Mitwandermöglichkeit!

Programmänderungen vorbehalten!
Fahrplanänderungen ab 10.12.2023!

Das Salzburger Programm im Internet:
www.kneippbund.at/kac/aktiv-club-salzburg
Dort finden Sie regelmäßig Fotos von unseren Wanderungen und Veranstaltungen.

Es gilt die Datenschutz - Grundverordnung (EU-DSGVO)

Wir danken für Ihre Anmeldung!

Wie wurden Sie auf uns aufmerksam?

- von Herrn/Frau
.....geworben
- ich habe die Kneipp Zeitschrift ge-
lesen.
- mich interessiert das Thema schon
länger
- sonstiges

Bitte
ausreichend
frankieren!



p.A. Renate Gschaider
Hauptstrasse 15
5151 Nussdorf

Kneipp Mitgliedschafts-Vorteile:

Preisvorteile bei Kneipp-Kuranstalten, Kneipp Gesundheitszeitung, Kneipp Programm Salzburg und bei vielen anderen Aktivitäten.

Einzelmitgliedschaft: € 39,00, Ehepaare: € 58,00

Die Mitgliedschaft wird begründet, wenn ein unterschriebenes Anmeldeformular (auch online möglich) vorliegt und/oder der Mitgliedsbeitrag bezahlt wurde. Die Einzahlungsbestätigung ist zugleich der Mitgliedsausweis.

Die Mitgliedschaft kann bis zum 31. Oktober jeden Jahres schriftlich gekündigt werden. Erfolgt keine rechtzeitige Kündigung, wird die Mitgliedschaft automatisch um ein Jahr verlängert!

Überraschungsgeschenk für jeden, der ein n e u e s Kneipp - Mitglied wirbt !

Wenn Sie Mitglied im **Kneipp Aktiv-Club** werden möchten, senden Sie uns diese Karte.



Akad. Titel

Vorname

Nachname

PLZ, Ort

Straße, Nr.:

Telefonnummer

Geburtsdatum

E-Mail Adresse

Angehöriger:
 Vorname, Nachname

Geb. Datum

Ort, Datum

Unterschrift



Inhaltsverzeichnis

Titelseite	Seite 1
Kneipp Aktiv-Club-Team.....	Seite 2
Vorwort.....	Seite 3
Diabetesprävention / Kegelnachmittag.....	Seite 4
Therme Bad Gastein/ Frühstück mit Kneipp.....	Seite 5
Gymnastik / Stammtisch / Donnerstagswanderungen.....	Seite 6-7
Dienstagswanderungen	Seite 8-9
Ankneippen / Pilgern.....	Seite 10
Maiandacht / Kneipp Workshop / Lehar Festspiele.....	Seite 11
Qi Gong / Tageswanderung Schladming.....	Seite 12
Krimmler Wasserfälle / Werbung.....	Seite 13
Werbung: "Schärding" / Gesundheitswoche Schärding.....	Seite 14-15
Werbung "Bad Kreuzen" / Wohlfühlwoche Bad Kreuzen.....	Seite 16-17
Frühschicht in der Fastenzeit / Programm Informationen.....	Seite 18
Anmeldungskarte zur Mitgliedschaft.....	Seite 19
Anmeldungskarte und Inhaltsverzeichnis.....	Seite 20