



Liebe Kneippianer,  
liebe Kneipp-Freunde,

wir feierten im Jahr 2019 das **40-jährige Bestehen unseres Vereins**. Dies begingen wir mit vielen besonderen Events und luden zur Jubiläumsveranstaltung am 11. Mai ins Theodor-Friedrich-Haus ein. Das gesamte Jahr stand unter dem Motto „Wissen was gesund hält“. Im Offenen Kanal und auf unserer Homepage können Sie Ausschnitte aus der Jubiläumsveranstaltung ansehen und einige Interviews, die bei uns am Wassertretbecken gefilmt wurden, abrufen.

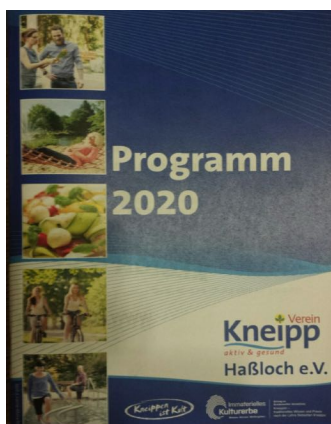
Für das **Jahr 2020** lautet das **Motto „5 Elemente – Einfach. Ganzheitlich. Natürlich.“** Wir haben wieder ein vielfältiges Gesundheitsangebot für Sie zusammengestellt, auch mit vielen kostenlosen Aktivitäten. Neu im Angebot finden Sie **Kegelabende**, die 14-tägig stattfinden. Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit mit unserem **Wohlfühl-Yoga-Wochenende** in Klingenstein im Stiftsgut Keysermühle.

Die 5 Kneippschen Elemente erfreuen sich weltweiter Beliebtheit und verhelfen vielen Menschen zu mehr Gesundheit – machen Sie mit!

## **Einfach. Ganzheitlich. Natürlich.**

Im Namen unseres gesamten Teams wünsche ich allen ein gesundes und glückliches Jahr!

**Ihre**  
**Marion Gryger**



**erhältlich ab Januar 2020**

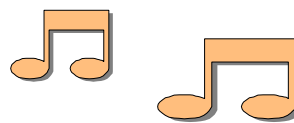
Das Programm erhalten Sie an allen öffentlichen Verteilerstellen (Arztpraxen, Apotheken, Bürgerbüro, Rathaus, Tourist-Info, Diakonissenhaus, Gemeindebücherei, Theodor-Friedrich-Haus, DRK-Haus)

## **1. Neujahrsempfang am 10.01.2020**

Wir sind wieder mit einem Informationsstand vertreten. Nutzen Sie die Gelegenheit ein Programmheft mitzunehmen oder sich zu einem Kurs anzumelden.

**Uhrzeit:** 19:00 Uhr **Ort:** Hannah-Arendt-Gymnasium, Aula, Empore

**Leitung:** Marion Gryger und Thomas Krill (Tel: 0 63 24 – 9 82 23 50)



## 2. Singstunde freitags

Wir treffen uns zum „fröhlichen Singen“ im Nebenzimmer des Naturfreundehauses in Haßloch.

Termine: 24.01., 21.02., 20.03., 24.04., 15.05., 19.06., 11.09., 16.10.,  
und 20.11.2020

Uhrzeit: 19:00 h

Gebühr: kostenlos

Leitung: **Dieter Balbach, Tel.: 0 63 24 - 39 86**



## 3. Wanderung sonntags

Wird über die Presse veröffentlicht oder Sie wenden sich direkt an Herrn Michel.

Termin: 16.02., 15.03., 19.04., 17.05., 21.06., 20.09., 18.10. und 15.11. 2020

Treffpunkt: jeweils 10:00 Uhr, Pfalzplatz Haßloch, Parkplatz

Gebühr: kostenlos

Leitung: **Hans Michel, Tel: 01 62 - 3 04 58 56**

## 4. Wanderung mittwochs

Wird über die Presse veröffentlicht oder Sie wenden sich direkt an Herrn Pubantz.

Termin: 05.02., 01.04., 03.06., 07.10., und 02.12.2020

Treffpunkt: jeweils 10:00 Uhr, Pfalzplatz Haßloch, Parkplatz

Gebühr: kostenlos

Leitung: **Erwin Pubantz, Tel: 01 51 – 20 75 82 34**



## 5. Kegelabend donnerstags

Sie haben die Möglichkeit, sich 14-tägig zum Kegeln zu treffen. Auf der Kegelbahn dürfen nur **Turnschuhe mit weißen Sohlen** getragen werden.

Termine: 06.02., 20.02., 05.03., 19.03., 02.04., 16.04., 30.04.,  
14.05., 28.05., 25.06.

Sommerferien – Pause im Juli

06.08., 20.08., 03.09., 17.09., 01.10., 15.10., 29.10.,  
12.11., 26.11., und 10.12.2020

Uhrzeit: jeweils 19:30 - 21:30 Uhr

Gebühr: 2 Euro/Person/Abend Mitglieder  
5 Euro/Person/Abend Nichtmitglieder

Leitung: **Marion Gryger (Tel: 0 63 24 – 9 82 23 50)**

## 6. Spieleabend

Teilnehmende treffen sich 14-tägig zum Spielen und Raten. Bringen Sie Ihr Lieblingsspiel mit oder suchen Sie aus den vorhandenen Spielen eines aus.

Termine: 24.01., 14.02., 28.02., 13.03., 20.03., 03.04., 24.04., 08.05., 22.05., 12.06.,  
26.06., 14.08., 28.08., 11.09., 25.09., 09.10., 23.10., 13.11., 27.11.  
und 04.12.2020

Uhrzeit: jeweils 19:00 – 21:00 Uhr

Ort: Theodor-Friedrich-Haus, EG

Gebühr: kostenlos

Leitung: **Marion Gryger (Tel: 0 63 24 – 9 82 23 50)**  
**Julia Butz**  
**Ulrike Böttcher**

## 7. Kneipp-Geflüster

Zu einem gemütlichen Austausch trifft man sich bei Kaffee und Kuchen in geselliger Runde. Lokalitäten werden bei Anmeldung bekannt gegeben.

Termine: Sa, 29.02., 16.05., 15.08. und 21.11.2020

Uhrzeit: jeweils 15:00 - 16:30 Uhr

Leitung: **Marion Gryger (Tel: 0 63 24 – 9 82 23 50)**

## 8. Kooperation mit der Gemeindebücherei

Kostenloser Medienverleih von **Kneipp-Literatur** unter Vorlage des Mitgliederausweises des Kneipp Vereins.

Alle weiteren Medien zum **Thema „Gesund Leben“** können unter Vorlage eines gültigen Büchereiausweises entliehen werden. Nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage oder Sie erkundigen sich in der Gemeindebücherei:

Tel. 0 63 24-9 35-4 51 (Theke)  
-4 53 (Büro)

## 9. Winterevent mit Wanderung am Sa, 01.02.2020

Unser Winterevent findet im **Restaurant Pizzeria Crostini, VfB Haßloch**, August-Schön-Weg 8, **von 10:30 – 16:30 Uhr** statt.

Wir starten mit einer kleinen oder wer möchte, mit einer längeren Wanderung. Danach folgt ein gemeinsames Mittagessen und ein kleines Rahmenprogramm. Der Nachmittag findet einen gemütlichen Ausklang bei Kaffee und Kuchen.

**====> Anmeldung zur Teilnahme verbindlich bis spätestens 21.01.2020  
bei: Marion Gryger, Tel: 0 63 24-9 82 25 30**

Anmeldeformular bitte **bis 21.01.20** zurück an Frau Marion Gryger,  
St.-Gallus-Weg 8, Haßloch  
oder per Scan an **E-Mail: [kv-marion.gryger@freenet.de](mailto:kv-marion.gryger@freenet.de)**

## 10. Mitgliederversammlung

Unsere Mitgliederversammlung findet am **27.03.2020 19:00 Uhr** im Festsaal des Theodor-Friedrich-Hauses statt. Wir freuen uns über Ihr zahlreiches Erscheinen. Mit dieser Ausgabe erhalten Sie das Einladungsschreiben.

## 11. „Wohlfühl-Yoga am Wochenende“ im Stiftsgut Keysermühle, Klingenmünster

Nehmen Sie sich eine kleine Auszeit. Tanken Sie wieder Kraft und entspannen Sie mit täglichen Yoga-Übungen, kombiniert mit Achtsamkeits- und Atemtraining. Erfahren Sie Wohlbefinden durch Mobilisation Gelenke, Dehnung, Kräftigung des Körpers und Entschleunigung des Geistes. Auch die Natur kommt nicht zu kurz. Gemeinsam wandern wir auf die Burg Landeck (Abendessen exkl.). Für jedes Fitness-Level. Vorkenntnisse in Yoga sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung, ggf. Sitzkissen und Yoga-Equipment wie Blöcke und Gurte, falls vorhanden

**Termin 1:**           **03.04. – 05.04.2020**  
Anmeldeschluss: 20.01.2020  
**Termin 2:**           **13.11. – 15.11.2020**  
Anmeldeschluss: 01.09.2020

**Preise:**           **3 Tage - 2 x Ü/DZ/VP/Yoga - 285,00 Euro\*)**  
                  **3 Tage - 2 x Ü/EZ/VP/Yoga - 340,00 Euro\*)**

**\*) Nichtmitglieder** sind herzlich willkommen. **Aufpreis 30,00 Euro**

Eigenanreise oder auch Fahrgemeinschaften sind möglich. Kostenlose Parkmöglichkeiten direkt am Hotel.

**Anzahlung bei Anmeldung: 150,00 Euro**  
Restzahlung für Termin 1: 20.01.2020  
Restzahlung für Termin 2: 01.09.2020

**Kursleitung:**   **Yvonne Weimer, Yogalehrerin und ÜL Fitness und Gesundheit**

## 12. Schnupperwoche Bad Wörishofen vom 02.05. - 09.05.2019

Die Schnupperwoche beinhaltet ab Haßloch:

- Hin – und Rückfahrt mit einem klimatisierten Reisebus
- 7 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet
- 1 Massage, 1 Heublumensack, 3 Kneipp-Anwendungen (Güsse, Wickel),
- fakultatives Rahmenprogramm (Radtouren, Ausflüge, kleine Wanderungen)



Der Reisepreis für Mitglieder beträgt   **495,00 €** im **DZ** incl. Frühstück  
  565,00 € im **EZ** incl. Frühstück  
für Nichtmitglieder:           **545,00 €** im **DZ** incl. Frühstück  
  615,00 € im **EZ** incl. Frühstück

**==> Anmeldungen verbindlich bis spätestens 25.02.2020**

**bei: Marion Gryger, Tel: 06324–9822530**

**E-Mail: [kv-marion.gryger@freenet.de](mailto:kv-marion.gryger@freenet.de)**

## 13. Kursangebote 2020

**ausführliche Beschreibungen finden Sie im Programmheft 2020 und auf unserer Homepage [www.kneipp-verein-hassloch.de](http://www.kneipp-verein-hassloch.de)**

### 13.1 Vortrag „Stoffwechselkur“ am 17.01.2020

Leitung: Claude Hemmer, Sporttrainer und -berater  
Anmeldung: 0 63 24 - 9 82 25 30  
Termin: 17.01.2020 von 19:00 h – 20:30 Uhr  
Ort: Theodor-Friedrich-Haus, Haßloch  
Gebühr: 7,00 € Mitglieder / 9,50 € Nichtmitglieder

### 13.2 Vortrag „Heilen mit Hanf – Die Wiederentdeckung einer uralten Volksmedizin“

Leitung: Glenn Seefeldt, DO.CN, Heilpraktiker  
Anmeldung: 0 63 24 - 9 82 25 30  
Termin: 30.01.2020 von 19:00 h – 20:30 Uhr  
Ort: Theodor-Friedrich-Haus, Haßloch, 2. OG, grüner Salon  
Gebühr: 7,00 € Mitglieder / 9,50 € Nichtmitglieder

### 13.3 Vortrag „Die Kraft der Farben“

Leitung: Ingeborg Behrendt-Höhl, Farb- und Stilberaterin, Visagistin  
Anmeldung: 0 63 24 – 9 82 25 30  
Beginn: Di, 11.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr  
Ort: Haus Böttcher, Hans-Böckler-Str. 41, Haßloch  
Gebühr: 7,00 € Mitglieder / 9,50 € Nichtmitglieder

### 13.4 Vortrag „Alzheimer - Demenz“

Leitung: Ute Wüst, Heilpraktikerin  
Anmeldung: 0 63 24 – 9 82 25 30  
Beginn: Do, 13.02.2020, 19:00 – 20:30 Uhr  
Ort: Theodor-Friedrich-Haus Haßloch, 2. OG, grüner Salon  
Gebühr: 7,00 € Mitglieder / 9,50 € Nichtmitglieder

### 13.5 Vortrag „Das Schröpfen“

Leitung: Ute Wüst, Heilpraktikerin  
Anmeldung: 0 63 24 – 9 82 25 30  
Beginn: Do, 05.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr  
Ort: Theodor-Friedrich-Haus Haßloch, 2. OG, grüner Salon  
Gebühr: 7,00 € Mitglieder / 9,50 € Nichtmitglieder

### 13.6 Vortrag „Elektrosmog“

Leitung: Michael Duthweiler, Dipl. Ing. NT (FH)  
Anmeldung: 0 63 24 – 9 82 25 30  
Beginn: Di, 10.03.2020, 19:00 – 20:30 Uhr  
Ort: Theodor-Friedrich-Haus Haßloch, 2. OG, grüner Salon  
Gebühr: 7,00 € Mitglieder / 9,50 € Nichtmitglieder