

2. Halbjahr 24



PROGRAMM



Kennengelernt haben wir uns im Internet.

Mein Girokonto* und ich.

Online das richtige finden und
sich dann für die wichtigen
Gespräche persönlich treffen.

* Mit Deutschlands größtem Geldautomatennetz

Jetzt Girokonto eröffnen:
naspade.de/girokonto



Naspa

Nassauische Sparkasse



Kneipp-Verein Bad Schwalbach/ Rheingau-Taunus – Eine Erfolgsgeschichte



Der Kneipp-Verein ist nunmehr seit 25 Jahren in der Region aktiv und außerordentlich erfolgreich. Das beweisen die vielen Aktivitäten, die der Kneipp-Verein seit seinem Bestehen aufzuweisen hat. Dazu zählen neben den vielen neu errichteten Kneipp-Installationen (Barfußpfade, Kräutergarten, Wassertretbecken, Armtauchbecken) im Rheingau-Taunus auch drei Kneipp zertifizierte Kindertagesstätten.

Darüber hinaus sind wir seit über 20 Jahren Mitveranstalter der Gesundheitstage in Bad Schwalbach (jetzt neu als REGIO*Vital*). Nächster Termin: September 2025.

Rund 400 Mitglieder sind ebenfalls ein Zeichen für eine erfolgreiche Vereinsarbeit. Diese erfolgreiche Vereinsgeschichte soll im Frühsommer um ein Kapitel erweitert werden. Dann ist nämlich die Einweihung der Wassertretanlage am Stahlbadehaus in Bad Schwalbach geplant. Das wollen wir auf jeden Fall schön feiern.

Neben diesem Höhepunkt haben wir als Jubiläumsgeschenk ein DANKESCHÖN für alle Vereinsmitglieder (und die, die es noch werden möchten) konzipiert, zum Teil mit Unterstützung der Stadt Bad Schwalbach, der wir auf diesem Wege unseren Dank aussprechen. Es handelt sich um die Kneipp-Basics.

Kneipp-Touren in beiden Kurparktälern, Führungen im Heilpflanzengarten sowie Wasserspaziergänge zu den Quellen, darüber hinaus Tageswanderungen, Barfußwanderungen, Qi Gong im Park sowie den Wasserstammtisch (Kneipp-Basics) bieten wir im Jubiläumsjahr für unsere Mitglieder kostenfrei an.

Ebenfalls möchten wir uns recht herzlich bei all unseren aktuellen und ehemaligen Kursleitern, Kurleiterinnen, Sponsoren und Kooperationspartnern bedanken. Ohne sie alle wäre diese ehrenamtliche Arbeit nicht möglich!

Der Kneipp-Verein ist ein gemeinnütziger Verein. Sie können und dürfen also sehr gerne Spenden an uns richten. Wir freuen uns darüber und werden das Geld im Sinne der Satzung verwenden.

Blieben Sie uns weiter gewogen, besuchen Sie unsere Angebote und werden Sie, falls noch nicht geschehen, Mitglied im Kneipp-Verein (Antrag im Heft oder unter: <https://kneipp-bad-schwalbach.de/mach-mit/>). In diesem Sinne eine gute Zeit für Sie!

Mit freundlichen Grüßen
Andreas Ott

1. Vorsitzender

I. Kursinformationen

Kursinformationen 7

II. Kinder - Jugend - Familie

Kindergeburtstag mal anders 9
 Filzen für Anfänger – Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren 10
 Babyschwimmen (6-24 Monate) 11
 Kleinkinderschwimmen (2 – 3 ½ Jahre) 12
 Kleinkinderschwimmen (3 ½ – 5 Jahre) 13
 Kräuter-Werkstatt für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahre 14



III. Wasser

Aquafitness Aeskulap Therme Schlangenbad 15
 Aquafitness Bad Schwalbach 16
 AquaFit - Sich bewegen wie ein Kind – Abschalten vom Alltag 17
 Kneipp Stammtisch – Wasser 18



IV. Bewegung

Neujahrs-Wanderung am 1.1.2025 20
 Tai Chi Chuan – für Neueinsteiger und Fortgeschrittene 21
 Wanderwoche in Südtirol 22
 Barfußwanderungen 23
 Barfuß auf dem Rheinsteig – Ein Erlebnis der besonderen Art 25
 Line Dance 26



V. Ernährung

Kuren nach Hildegard von Bingen 28
 Mit leckerem Essen die Welt retten? 29
 Geheimnisse von Heilpflanzen in Theorie und Praxis 31

VI. Heilpflanzen

Was wächst in meinem Garten? 32
 Führung im Heilpflanzengarten 33
 Wildkräuter im Taunus 34
 Meine kleine Hausapotheke 35



VII. Lebensordnung

Meditatives Singen	37
Meditationsworkshop mit meditativen Yoga-Flow	38
Klangmeditation am Dienstag	39
Ein Kurs im Glücklichein	40
Klangmeditation am Donnerstag	41
Gemeinsam wieder aktiv	42
QiGong im Park	43
Der Alltagsyogi	44
Yoga Workshop zum Thema Energie	45
Drachentor – QiGong	46



VIII. Gesundheit und Wissen

Bildungsurlaub: Kraft tanken mit Kneipp	48
Kneipp Einführungs-Workshop	49
Kneipp-Touren	50
Wasserspaziergänge zu den Quellen Bad Schwalbachs	51



IX. Vereinsinformationen

Leitbild	55
Mitgliedschaft	56
Der Vorstand	57
Impressum	57



Hausmeisterservice | Höhn

Dienstleistungen rund ums Haus

Wir unterstützen Sie zuverlässig in jeder Jahreszeit:

Ihr Hausmeisterservice für Bad Schwalbach.

- ▶ **Gartenpflege**
- ▶ **Heckenschnitt**
- ▶ **Baumfällung**
- ▶ **Vertikutieren**
- ▶ **Kleintransporte**
- ▶ **kl. Reparaturen/Sanierungen**
- ▶ **Entrümpelung**
- ▶ **Hochdruckreinigung**

Kernstadt Bad Schwalbach

- ▶ **Kehr- und Reinigungsdienste**
- ▶ **Treppenhausreinigung**
- ▶ **Winterdienst**

Unsere Leistungen sind so vielfältig, wie unsere Kunden und können maßgeschneidert angepasst werden.

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Adolfstr. 19, 65307 Bad Schwalbach

☎ 06124-72 49 300 / 01573-78 40 932

info@hms-hoehn.de / www.hms-hoehn.de



I. Kursinformationen

Kursinformationen

- Die meisten Veranstaltungen können auch von Nichtmitgliedern besucht werden.
- Mitglieder erhalten meist eine Ermäßigung.
- Die Durchführung der Kurse erfolgt nur bei Erreichung der jeweiligen Mindestteilnehmerzahl.
- Die Veranstaltungen werden von qualifizierten Fachkräften geleitet.
- Die Zahlung der Kursgebühr ist per Vorkasse fällig.
- Bei einigen Kursen ist eine schriftliche Anmeldung (per E-Mail) erforderlich.
- Bei verschiedenen Kursen ist zur Teilnahme ein ärztliches Attest erforderlich.
- Verschiedene Kurse werden von den Krankenkassen bezuschusst.
- Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Teilnehmergebühr. Für ausgefallene Kurse und Veranstaltungen wird der eingezahlte Beitrag voll zurückerstattet.
- Für Kinder und Jugendliche: Sollten finanzielle Gründe die Teilnahme verhindern, sprechen Sie uns bitte an. Wird finden eine Lösung.
- Der Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V. behält sich Programmänderungen vor (z.B. Kurszeit und Kursort). Genannt sind die Anfangstermine; nicht alle Kurse finden ohne Unterbrechung statt. Die Kursleiter informieren Sie.
- Die Kursteilnahme erfolgt immer auf eigene Verantwortung.
- Für die Wanderungen werden festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung sehr empfohlen. Wasser zum Trinken sollten die Teilnehmer jeweils dabei haben.
- Für Bescheinigungen erhebt der Kneipp-Verein Bad Schwalbach /Rheingau-Taunus e.V. vorab eine Bearbeitungsgebühr von 2,00 €.
- Wenn Sie einen Gutschein verschenken wollen, wenden Sie sich bitte an: Andreas Ott (06124 / 722429)

Sofern nicht anders angegeben, ist die Teilnehmergebühr bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto einzuzahlen.	
IBAN:	DE67 5105 0015 0366 0500 00
Bank:	Nassauische Sparkasse
Kontoinhaber:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.
Betreff:	Veranstaltungsnr.: ...



Hofgut Georgenthal 
Landschaft | Golf | Spa | Wellness
Das Auszeit
★★★★
Bismarck

Wandern, Golfen und Genießen – die *Auszeit* mitten in der Natur

Das Hofgut Georgenthal ist ein Hideaway in der Natur – und Ausgangspunkt für schöne Wandertouren durch den Taunus. Auf den Spuren der alten Römer entlang des Weltkulturerbes Limes. Durch die Weinberge des Rheingau. Oder zum Feldberg. Und danach: Entspannen im Wellness-Bereich und lecker essen.



Hofgut Georgenthal
Georgenthal 1 – 65329 Hohenstein
Telefon 06128 / 943-0
www.hofgut-georgenthal.de
info@hofgut-georgenthal.de



II. Kinder - Jugend - Familie

Kindergeburtstag mal anders

Natur-Erlebnis für alle Sinne

Sie möchten den Geburtstag Ihres Kindes (7-11 Jahre) in der Natur feiern? Hierzu bietet Ihnen der Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V. ein passendes und individuell abgestimmtes Programm an.

Themenschwerpunkte können unter anderem sein:

Barfußwanderung, Wassertreten, Kräuterkunde und Kräutersnacks, Phantasiereisen, Basteln, Kräuterdrinks (Limo), selbstgemachte Brotaufstriche, Geburtstagspizza, u. v. m. Das konkrete Angebot ist auch vom Termin und vom Wetter abhängig.

Mindestens ein Erziehungsberechtigter soll auf jeden Fall mit daran teilnehmen!

Leitung:	Andreas Ott Kneipp-Gesundheitstrainer und Erlebnis-Wanderleiter
Veranstaltungs-Nr.:	AO-KG
Tag und Zeit:	Samstags nach Vereinbarung
Start-Datum:	Vorlaufzeit von ca. 8 Wochen
Dauer:	120 – 180 Min.
Gebühr:	125,00 € / Mitglieder 100,00 €
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Teilnehmer:	max. 10 Kinder
Info & Anmeldung:	Andreas Ott
Tel. / E-Mail:	06124 / 722429 info@kneipp-verein-bad-schwalbach.de
Die Teilnehmergebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen/zu überweisen.	
Anmeldung erforderlich	

II. Kinder - Jugend - Familie

Filzen für Anfänger – Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren Werkstücke für Ostern bzw. Weihnachten herstellen

Gefilzt wird mit bunter Wolle, Wasser und Seife.

Es entstehen Schalen, Armstulpen, Handyhüllen, Blüten, Kugeln, Lichterketten, etc.

Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre

Mindestens ein Erziehungsberechtigter soll auf jeden Fall mit daran teilnehmen!

Leitung:	Marianne van den Berg
Veranstaltungs-Nr.:	MB-FA-01
Tag und Zeit:	Montag, 16:00 – 18:00 Uhr
Datum:	25.11.2024 Weihnachtswerkstücke
Dauer je Termin:	120 Min.
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr je Termin:	17,00 € / Mitglieder und Kinder 14,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch, ca. 3,00 € – 5,00 €
Teilnehmer:	min. 3 / max. 8
Info & Anmeldung:	Marianne van den Berg
Tel. / E-Mail:	06124 / 3968 mberg@pvdberg.de
Die Teilnahmegebühr ist bar vor Ort zu zahlen.	
Anmeldung erforderlich	

II. Kinder - Jugend - Familie

Babyschwimmen (6-24 Monate)

Das Baby im Wasser zur Bewegung animieren

Beim Babyschwimmen geht es nicht darum, dass das Baby schwimmen lernt, sondern, dass es sich erst an das Wasser gewöhnt. Im Vordergrund stehen die Freude des Kindes am Wasser, am Körperkontakt und Kommunikation zum Erwachsenen, die Aktivität und das Sammeln von Bewegungserfahrungen.

Mitzubringen ist eine Einmalschwimmwindel/Babyschwimmhose, eine kleine Gießkanne/Becher, ein Schwamm/Waschlappen und ein kleines Gummispieltier, wie eine Quietsche-Ente.

Nicht zu vergessen sind Wickeltasche, 2 Handtücher mit Kapuze//Bademantel, ein warmes Fläschchen (falls nicht gestillt wird) und einen kleinen Snack, da Babys nach dem Schwimmen sehr hungrig sind.

Leitung:	Susanne Grell <i>Baby-Schwimmtrainerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	SuG-BS-01
Tag und Zeit:	Freitag, 15:00 bis 15:30 Uhr (Einlass: 14:30 Uhr) oder Freitag, 15:30 bis 16:00 Uhr (Einlass: 15:00 Uhr) Die Aeskulaptherme ist zum Zeitpunkt des Erscheinens noch geschlossen. Bitte melden Sie sich bei der Kurs- leitung wenn Sie Interesse haben, sie erhalten von dort weitere Informationen über den Start- Termin.
Dauer:	N.N.
Ort:	Aeskulap-Therme, Rheingauer Str. 18, 65388 Schlangenbad
Gebühr:	N.N.
Teilnehmer:	Zwischen 6 und 12 Erwachsene mit Baby inklusive
Info & Anmeldung:	Susanne Grell
Tel. / E-Mail:	susanne.grell66@web.de Rückruf bei Angabe der Tel.-Nr.
Die Teilnahmegebühr vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstal- tungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung ist erforderlich	

II. Kinder - Jugend - Familie

Kleinkinderschwimmen (2 – 3 ½ Jahre) Wassergewöhnung und Wasserbewältigung

Schweben – Gleiten – Atmen – Springen – Tauchen

Gemeinsam mit den Eltern wird mit altersgerechten Spielideen, Liedern und verschiedenen Materialien das Element Wasser erkundet, das Wasserbewusstsein und somit auch das Selbstvertrauen der Kinder gestärkt. Motorische Fähigkeiten, eigene Körperwahrnehmung, Körperspannung, Koordination und der Gleichgewichtssinn werden geschult, um den Kindern den Spaß am Wasser zu vermitteln. Schwimmhilfen kommen während des Kurses nicht zum Einsatz, die Eltern unterstützen aber mit verschiedenen Grifftechniken hauptsächlich dabei, einen sicheren Umgang mit dem Wasser zu entwickeln und die gemeinsame Zeit vertraut und mit Freude zu genießen. Bitte mitbringen: ggf. Schwimmwindel, Kapuzenhandtuch/Handtuch, Gießkanne & ein kleines Wasserspielzeug.

Leitung:	Sabine Schultz, <i>Schwimmtrainerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	SS-KS-01
Tag Datum und Zeit:	Die Aeskulaptherme ist zum Zeitpunkt des Erscheinens noch wegen Renovierung auf unbestimmte Zeit geschlossen. Bitte melden Sie sich bei der Kursleitung wenn Sie Interesse haben, Sie erhalten dort Informationen über den Start- Termin sobald wir planen können.
Dauer je Termin:	8 x 40 Minuten
Ort:	Aeskulap-Therme, Rheingauer Str. 18, 65388 Schlangenbad Treffpunkt Schwimmhalle
Gebühr:	Ca. 120€ / 96€ (ermäßigt für Mitglieder) Genauer Preis steht noch nicht fest
Teilnehmer:	max. 8 Kinder und ein Elternteil (im Wasser)
Info & Anmeldung:	Sabine Schultz
Tel. / E-Mail:	sabineschultz83@gmail.com
Die Teilnehmergebühr ist vor der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich	

II. Kinder - Jugend - Familie

Kleinkinderschwimmen (3 ½ – 5 Jahre) Wassergewöhnung und Wasserbewältigung

Schweben – Gleiten – Atmen – Springen – Tauchen

Gemeinsam mit den Eltern wird mit altersgerechten Spielideen, Liedern und verschiedenen Materialien das Element Wasser erkundet, das Wasserbewusstsein und somit auch das Selbstvertrauen der Kinder gestärkt. Motorische Fähigkeiten, eigene Körperwahrnehmung, Körperspannung, Koordination und der Gleichgewichtssinn werden geschult, um den Kindern den Spaß am Wasser zu vermitteln. Schwimmhilfen kommen während des Kurses nicht zum Einsatz, die Eltern unterstützen aber mit verschiedenen Grifftechniken hauptsächlich dabei, einen sicheren Umgang mit dem Wasser zu entwickeln und die gemeinsame Zeit vertraut und mit Freude zu genießen. Bitte mitbringen: ggf. Schwimmwindel, Kapuzenhandtuch/Handtuch, Gießkanne & ein kleines Wasserspielzeug.

Leitung:	Sabine Schultz, <i>Schwimmtrainerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	SS-KS-02
Tag Datum und Zeit:	Die Aeskulaptherme ist zum Zeitpunkt des Erscheinens noch wegen Renovierung auf unbestimmte Zeit geschlossen. Bitte melden Sie sich bei der Kursleitung wenn Sie Interesse haben, Sie erhalten dort Informationen über den Start- Termin sobald wir planen können.
Dauer je Termin:	8 x 40 M.inuten
Ort:	Aeskulap-Therme, Rheingauer Str. 18, 65388 Schlangenbad Treffpunkt Schwimmhalle
Gebühr:	Ca. 120€ / 96€ (ermäßigt für Mitglieder) Genauer Preis steht noch nicht fest
Teilnehmer:	max. 8 Kinder und ein Elternteil (im Wasser)
Info & Anmeldung:	Sabine Schultz
Tel. / E-Mail:	sabineschultz83@gmail.com
Die Teilnehmergebühr ist vor der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich	

II. Kinder - Jugend - Familie

Kräuter-Werkstatt für Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahre

Wir treffen uns am Kneipp-Heilkräutergarten, lernen einige Pflanzen näher kennen und schauen, wie wir sie ernten und verarbeiten können. Dabei entstehen Kräutersalz, Tee, Ölauszug oder Salbe und die ein oder andere kulinarische Überraschung.

Der Kurs findet draußen statt. Wir bitten um dem Wetter angepasste Kleidung.

Leitung:	Sabine Wannemacher <i>Wilde Köchin, Wildnispädagogin, Imkerin</i>		
Datum, Zeit und Veranstaltungs-Nr.:	Kurs 1:	04.07.2024	SW-KW-01
	Kurs 2:	26.09.2024	SW-KW-02
Tag und Zeit:	Donnerstag, 15:00 – 18:00 Uhr		
Dauer je Termin:	3 Stunden		
Ort:	Kneipp-Heilkräutergarten, Reitallee 21, 65307 Bad Schwalbach		
Gebühr je Termin:	10,00 € / Mitglieder 8,00 € + Materialkosten 3,- €/ Termin		
Teilnehmer:	min. 6 / max. 10		
Info & Anmeldung:	Sabine Wannemacher		
Tel. / E-Mail:	06124 / 726750 sabine_wannemacher@bluewin.ch		
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort zu zahlen.			
Anmeldung erforderlich bis spätestens eine Woche vor Termin.			

III. Wasser

Aquafitness Aeskulap Therme Schlangenbad

– ein gelenkschonendes Ganzkörpertraining

Kraft, Schnelligkeit, Koordination und Ausdauer können durch die physikalischen Eigenschaften des Wassers differenziert trainiert werden. Der Einsatz von Handgeräten wie: Aquanudeln, Stöcken und Brettern sorgen für abwechslungsreiche Übungsstunden.

Für Interessenten mit Vorerkrankungen ist eine Rücksprache mit dem Arzt sinnvoll.

Die Aeskulaptherme ist zum Zeitpunkt des Erscheinens noch wegen Renovierung auf unbestimmte Zeit geschlossen. Bitte melden Sie sich bei der Kursleitung wenn Sie Interesse haben, Sie erhalten dort Informationen über den Start-Termin sobald wir planen können.

Leitung:	Lydia Kretschmer <i>Lehrerin für Sportwissenschaften und Polytechnik, Aquafitness Trainerin</i>			
Datum, Zeit und Veranstaltungs-Nr:	Kurs 1:	N.N.	11:30	LK-AT-01
	Kurs 2:	N.N.	12:15	LK-AT-02
Tag:	Dienstag			
Dauer je Kurs:	Kurs 1 und 2 jeweils 45 Min.			
Ort:	Aeskulap Therme, Rheingauerstr.18, 65388 Schlangenbad			
Gebühr:	N.N.			
Teilnehmer:	min. 10 / max. 15			
Info & Anmeldung:	Lydia Kretschmer			
Tel. / E-Mail:	lydiakretschmer@hotmail.de			
Die Teilnehmergebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen/zu überweisen.				
Anmeldung ist erforderlich bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn				

III. Wasser

Aquafitness Bad Schwalbach

– ein gelenkschonendes Ganzkörpertraining

Kraft, Schnelligkeit, Koordination und Ausdauer können durch die physikalischen Eigenschaften des Wassers differenziert trainiert werden. Der Einsatz von Handgeräten wie: Aquanudeln, Hanteln, Stöcken und Brettern sorgen für abwechslungsreiche Übungsstunden.

Für Interessenten mit Vorerkrankungen ist eine Rücksprache mit dem Arzt sinnvoll.

Leitung:	Lydia Kretschmer <i>Lehrerin für Sportwissenschaften und Polytechnik, Aquafitness Trainerin</i>			
Datum, Zeit und Veranstaltungs-Nr:	Kurs 1:	16.07.2024	16:00	LK-AF-01
	Kurs 2:	16.07.2024	16:45	LK-AF-02
	Kurs 3:	08.10.2024	16:00	LK-AF-03
	Kurs 4:	08.10.2024	16:45	LK-AF-04
Tag:	Dienstag			
Dauer je Kurs:	Kurs 1 bis 4 jeweils 8 x 45 Min.			
Ort:	Klinikzentrum Lindenallee, Martha-von-Opel-Weg 42-46, 65307 Bad Schwalbach			
Gebühr je Kurs:	120,00 € / Mitglieder 96,00 €			
Teilnehmer:	min. 10 / max. 15			
Info & Anmeldung:	Lydia Kretschmer			
Tel. / E-Mail:	lydiakretschmer@hotmail.de			
Die Teilnehmergebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen/zu überweisen.				
Anmeldung erforderlich bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn				

III. Wasser

AquaFit - Sich bewegen wie ein Kind – Abschalten vom Alltag

Dann sind Sie hier im AquaFit genau richtig. Das Training im Wasser stärkt unter anderem auch unser Herz-Kreislauf-System und verhilft zu mehr Kraft und Ausdauer. Außerdem wird die Atemmuskulatur trainiert und der Stoffwechsel angeregt und verbessert. Durch den Wasserwiderstand wird unser Gewebe gestrafft und die Durchblutung verstärkt. **Das Beste:** Eine Minute AquaFit bringt so viel wie 5 Minuten Trockenübungen!

Leitung:	Susanne Grell, <i>Aqua-Fitnesstrainerin</i>		
Tag, Zeit und Veranstaltungs-Nr:	Kurs 1, Dienstag	18:00 bis 18:30Uhr oder	SUG-AF-01
	Kurs 2, Dienstag	18:30 bis 19:00 Uhr oder	SUG-AF-02
	Kurs 3, Dienstag	19:00 bis 19:30 Uhr	SUG-AF-03
Datum:	Die Aeskulaptherme ist zum Zeitpunkt des Erscheinens noch geschlossen. Bitte melden Sie sich bei der Kursleitung wenn Sie Interesse haben, sie erhalten von dort weitere Informationen über den Start-Termin.		
Dauer:	N.N.		
Ort:	Aeskulap-Therme, Rheingauer Str. 18, 65388 Schlangenbad Treffpunkt Schwimmhalle		
Gebühr:	N.N.		
Teilnehmer:	Min. 6 – 12 Personen		
Info & Anmeldung:	Susanne Grell		
Tel. / E-Mail:	Susanne.grell66@web.de Rückruf bei Angabe der Tel.-Nr.		
Die Teilnehmergebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen/zu überweisen.			

III. Wasser

Kneipp Stammtisch – Wasser

Fit und gesund mit Kneipp'schen Anwendungen

„Lernt das Wasser richtig kennen, und es wird euch stets ein verlässlicher Freund sein.“ (Sebastian Kneipp 1821 – 1897)

Zum „Wasserstammtisch“ treffen sich interessierte Laien mit den Kneipp-Experten des Kneipp-Verein, um das vorhandene Wissen und Fragen rund um die Wasseranwendungen auszutauschen. Dabei werden auch Anwendungen ausprobiert und die Technik sowie Einsatzmöglichkeiten vermittelt.

Leitung:	Christine Ott <i>Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i>		
Datum, Zeit und Veranstaltungs-Nr:	Kurs 2:	10.07.2024	CO-KS-01
	Kurs 3	02.10.2024	CO-KS-02
Tag und Zeit:	Mittwoch, 17:00 – 18:30 Uhr		
Dauer je Termin:	90 Min.		
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.; Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach		
Gebühr je Termin:	8,00 € / Kurgäste 6,00 € / Mitglieder kostenfrei		
Teilnehmer:	min. 1 / max. 20		
Info & Anmeldung:	Christine Ott		
Tel. / E-Mail:	06126 / 5097394		
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort passend zu zahlen			
Anmeldung erforderlich			



Hotel Verena

Fam. Theiner
Dr. Weingartnerstr. 13
39011 Lana (BZ)
Südtirol/Italien

Tel.: +39 0473 562512

Fax: +39 0473 560250

info@hotel-verena.com

<https://www.hotel-verena.com>



IV. Bewegung

Neujahrs-Wanderung am 1.1.2025

Mit Bewegung in geselliger Runde ins neue Jahr starten

Die Wanderung ist eine Rundwanderung von ca. 8-10 KM. Im Anschluss findet noch eine gemeinsame Einkehr in „Mosterei und Weidlädchen“ von Carmen und Klaus Höchst statt (optional). Das Wandertempo richtet sich nach den Teilnehmern.

Wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk sind mitzubringen.

Leitung:	Andreas Ott <i>Kneipp Gesundheitstrainer und Wandererlebnisleiter</i>
Veranstaltungs-Nr.:	AO-NS-01
Tag und Zeit:	Neujahrstag 2025, 13:30 Uhr
Datum:	01.01.2025
Dauer:	ca. 120 – 150 Min.
Ort:	Bürgerhaus Bechtheim, Am Birnbusch 17, 65510 Hünstetten-Bechtheim
Gebühr:	kostenfrei
Teilnehmer:	max. 20
Info & Anmeldung:	Andreas Ott
Tel. / E-Mail:	06124 / 722429 info@kneipp-verein-bad-schwalbach.de
Anmeldung erbeten	

IV. Bewegung

Tai Chi Chuan – für Neueinsteiger und Fortgeschrittene

Langsame, fließende, geschmeidige Bewegungen im Gleichgewicht, aufgerichtet zum Himmel, verwurzelt in der Erde, gleichzeitig in sich ruhen und nach außen wirken.

In dieser traditionellen Bewegungskunst aus China vereinigen sich Heilgymnastik, Meditation und Kampfkunst. Es sind integrierende Übungen für Körper, Seele und Geist. Hier nur einige Beispiele der gesundheitlichen Wirkungen, die man im Laufe der Jahrhunderte beobachtet hat:

- Stärkung der Blutgefäße und Harmonisierung des Blutdrucks
- Es wirkt ausgleichend auf das Nervensystem und förderlich auf das Atemvolumen
- Es fördert die Koordination der Bewegung und stärkt Knochen und Sehnen
- Es gilt als Vorbeugung gegen Osteoporose und als sehr gutes Herz-Kreislauftraining

Der Kurs wird von verschiedenen Krankenkassen nach § 20 SGB V bezuschusst.

Leitung:	Alexsandra Hodgson <i>Heilpraktikerin, Tai Chi und Qi Gong Lehrerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	AH-TC-01 AH-TC-02
Tag und Zeit:	dienstags, 18.50 – 19.50 h für Neu- Einsteiger und Geübte dienstags, 20.00 – 21.00 h für Geübte und Fortgeschrittene
Datum:	17.9./ 24.9./ 8.10./ 15.10./ 22.10./ 6.11./ 12.11./ 19.11./ 26.11./ 3.12./
Dauer je Termin:	10 x 60 Min
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr:	105,00 € / Mitglieder 84,00 €
Teilnehmer:	min. 7 / max. 12
Info & Anmeldung:	Alexsandra Hodgson
Tel. / E-Mail:	06120 / 6229 info@atemfluss.de
Die Teilnahmegebühr ist vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich.	

IV. Bewegung

Wanderwoche in Südtirol

Im April 2025 bietet der Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V. eine Kneipp-Wanderwoche im Meraner Land (Lana) an.

Bei den Wanderungen handelt es sich meist um leichte bis mittelschwere Etappen. Trotzdem wird die Mitnahme von Wanderstöcken empfohlen. Die Wanderungen finden in traumhaft schöner Natur und Umgebung statt. Meist kehren wir bei den Wanderungen am Ende oder auch zwischendurch ein.

Genießen Sie die Schönheit und den Charme von Südtirol mit einer Wandergruppe. Morgens und abends bieten wir zusätzlich Kneipp Anwendungen an.

Die Anreise ist selbst zu organisieren; das Hotel ist ebenfalls selbst zu buchen. Weitere Informationen (auch zu den Kosten) erhalten Sie am Kneipp Telefon. Die Wanderungen erfolgen alle auf eigene Verantwortung. Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und Getränke sind mitzunehmen.

Leitung:	Andreas Ott, <i>Kneipp-Gesundheitstrainer SKA, Erlebniswanderleiter</i>
Veranstaltungs-Nr.:	AO-WS-01
Tag und Datum:	Sonntag, 06.04. – Sonntag, 13.04.2025
Dauer:	8 Tage
Ort:	Lana / Südtirol (Italien)
Gebühr:	50,00 € / 40,00 € Mitglieder zzgl. Unterkunft und Verpflegung
Teilnehmer:	max. 20
Info & Anmeldung:	Andreas Ott Anmeldeschluss ist der 31.01.2025
Tel. / E-Mail:	06124 / 722429 info@kneipp-verein-bad-schwalbach.de
Die Teilnahmegebühr ist bis zum 31.01.2025 unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich bis spätestens zum 31.01.2025.	

IV. Bewegung

Barfußwanderungen

Auf nackten Sohlen über Stock und Stein des Kneipp-Barfußpfades in Bad Schwalbach und auf ausgesuchten Wegen gehen – Naturerlebnis pur.

Schon Sebastian Kneipp pries das Barfußlaufen als das beste Abhärtungsmittel. Lassen Sie Ihren Füßen freien Lauf und spüren Sie Gras und Moos, die kleinen und großen Steine sowie Holzhackschnitzel und Korken, den Sand und Waldboden sowie die Abkühlung im Treibecken und im Menzebach.

Für den Notfall sind Sandalen im Gepäck eine Erleichterung.

Wichtiger Hinweis: Nicht geeignet für Menschen mit schweren Gefühlsstörungen an den Füßen oder bei akuter Blasen- oder Nierenerkrankung. Diabetiker befragen bitte vorher ihren Arzt. Allergiker sollten immer ihr Notfallpäckchen mitführen.

Leitung:	Hannelore Schmiechen <i>Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i>		
Datum, Zeit, und Veranstaltungs-Nr.:	07.07.2024	16:00 Uhr	HS-BW-01
	25.08.2024	16:00 Uhr	HS-BW-02
	13.10.2024	16:00 Uhr (Abschluss)	HS-BW-03
Tag:	Sonntag		
Dauer:	ca. 90 – 120 Min. je Wanderung		
Ort:	Kneipp-Barfußpfad, verlängerter Badweg, 65307 Bad Schwalbach		
Gebühr:	8,00 € / Kurgäste 6,00 € / Mitglieder frei		
Teilnehmer:	min. 1 / max. 20		
Info & Anmeldung:	Hannelore Schmiechen		
Tel. / E-Mail:	hanneschmiechen@gmail.com		
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort passend zu zahlen.			
Anmeldung erforderlich			
Sondertermine für Gruppen, Firmen etc. sind nach Vereinbarung möglich			

Studio *Leidner*

Werbung • Fotografie • Web-Design



Kindergeburtstage
und
Shooting-Partys
bei uns im
Fotostudio

Studio *Leidner*

Werbung • Fotografie • Web-Design



Studio Leidner
Inh. Stefanie Leidner
Bahnhofstraße 44
65510 Idstein



Tel.: 06126 - 2727
info@fotostudio-leidner.de
www.fotostudio-leidner.de
www.leidner.org

IV. Bewegung

Barfuß auf dem Rheinsteig – Ein Erlebnis der besonderen Art Barfußwanderung für Fortgeschrittene und Neugierige

Warum nicht mal unter fachkundiger Führung barfuß von Bornich auf den Spuren der Loreley wandern? Die Kneipp-Expertinnen führen dieses beliebte Natural Walking seit Jahren durch. Das gemeinsame Picknick, zu dem jeder etwas mitbringt, ist neben der Einkehr in der Rheinsteigrast Leisefeld bei selbstgebackenem Kuchen, belegten Broten und erfrischenden Getränken schon Tradition, ebenso die Erfrischung im Bornichbach.

Zur Bildung von Fahrgemeinschaften trifft man sich am Samstag, 31.08.2024 um 10.00 Uhr entweder am P&R Parkplatz am Langenseifener Stock, in Idstein oder direkt um 10.45 Uhr in Bornich an der Winzergenossenschaft mit Möglichkeit der Toilettenbenutzung und des Einkaufs. Danach sorgen Sandalen (für den Notfall) sowie eine Kopfbedeckung und Wasser für ein unbeschwertes Erlebnis der Sinne.

Wichtiger Hinweis: Nicht geeignet für Menschen mit schweren Gefühlsstörungen an den Füßen oder bei akuter Blasen- oder Nierenerkrankung. Diabetiker befragen bitte vorher ihren Arzt. Allergiker sollten immer ihr Notfallpäckchen mitführen.

Leitung:	Christine Ott, <i>Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i> Hannelore Schmiechen, <i>Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i>	
Veranstaltungs-Nr.:	CO-BR-01	
Tag und Zeit:	Samstag, 10:00 Uhr	
Datum:	31.08.2024	
Dauer:	Ganztagesausflug, reine Gehzeit ca. 4 – 5 Std. plus Pausen	
Ort:	Treffpunkte: P&R Parkplatz Langenseifener Stock an der B 260, in Idstein oder direkt in Bornich (Winzergenossenschaft), Fahrt in Fahrgemeinschaften mit eigenem Pkw	
Gebühr:	15,00 € / Mitglieder 12,00 €	
Teilnehmer:	min. 5 / max. 20	
Info & Anmeldung:	Christine Ott Hannelore Schmiechen	06126 / 5097394 0160 / 94663325
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort passend zu zahlen.		
Anmeldung bis spätestens Montag vor der Veranstaltung erforderlich. Zum genauen Auffinden des Treffpunktes fragen Sie uns! Sondertermine für Gruppen, Firmen etc. nach Vereinbarung möglich.		

IV. Bewegung

Line Dance

Einzelne Tänzer, unabhängig von der Geschlechterzugehörigkeit, tanzen choreografiert passend zur Musik.

Wir sind eine muntere Truppe Tanzbegeisterter, die seit 2008 dem Line-Dance-Fieber verfallen sind.

Wir haben uns vorwiegend der Country- und New-Country-Music verschrieben. Aber auch zu moderner Musik können wir unsere Füße nicht stillhalten!

Gerne begrüßen wir auch Neulinge (Männer und Frauen) dazu.

Bitte Schuhe mit hellen Sohlen (oder Turnschuhe) und etwas zu trinken mitbringen.

Leitung:	Gerlinde Kejwal	
Veranstaltungs-Nr.:	Kurs 1: GK-LD-01	
	Kurs 2: GK-LD-02	
Tag und Zeit:	Kurs 1: Für Anfänger	Montag, 19:00 Uhr
	Kurs 2: Für Fortgeschrittene	Montag, 20:00 Uhr
Datum:	Termine auf Anfrage	
Dauer:	10 x 60 Min. je Kurs	
Ort:	Grundschule Kemeler Heide (Kleine Gymnastikhalle, EG) Dr. Karl-Hermann-May Straße 2, 65321 Heidenrod-Kemel	
Gebühr:	45,00 € / Mitglieder 36,00 €	
Info & Anmeldung:	Gerlinde Kejwal	
Tel. / E-Mail:	0152-55713134	
Die Teilnehmergebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen/zu überweisen.		
Anmeldung erforderlich		

WIR FREUEN UNS AUF GEMEINSAME REISEERLEBNISSE



Montag - Freitag
8.30 bis 18.00 Uhr,
Samstag
9.00 bis 13.00 Uhr

Engelhardt
Bustouristik GmbH

Bestellen Sie jetzt unseren aktuellen **REISEKATALOG** und entdecken Sie mit uns die schönsten Reiseziele Europas! Sie planen eine Gruppen- und Vereinsreise? Sprechen Sie uns gerne an.



HIER FINDEN SIE UNS

Die Haide 13 | 65321 Heidenrod-Kemel
Tel. 06124-723 77 11

info@engelhardt-bustouristik.de
www.engelhardt-bustouristik.de

Folgen Sie uns auch auf



Gesundheits-Café:

Wir verwenden ausschließlich Vollrohrzucker und Vollkornmehl.

Traum-Eiscreme:

Sonderedition des berühmten italienischen Lazzaris-Speiseeises mit Vollrohrzucker.

Reservierungen: Tel. 0178 – 518 6304, E-Mail: brunnencafeswa@web.de

V. Ernährung

Kuren nach Hildegard von Bingen

Wer war Hildegard von Bingen?

Äbtissin Hildegard von Bingen war eine der bedeuteten Persönlichkeiten der europäischen Klosterheilkunde, sie lebte im 12. Jh. im Kloster Rupertsberg. Ihr ganzheitliches Wissen um die Gesundheit von Körper, Geist und Seele machte Sie schon zu Lebzeiten zu einer angesehenen und vertrauenswürdigen Ratgeberin.

Entdecken Sie mit mir die wunderbaren Kräfte der Natur, ihre Kräuter und Gewürze und die überlieferten Weisheiten der heiligen Hildegard von Bingen zum Wohle der Seele, Leib und Sinne - bei guter Gesundheit bleiben oder Sie wiederherstellen.

Leitung:	Marina Hachenberger <i>Gesundheitsberatung nach Hildegard von Bingen</i>		
Datum und Veranstaltungs-Nr.:	Kurs 1:	02.08.2024	MH-HVB-01
	Kurs 2:	27.09.2024	MH-HVB-02
	Kurs 3:	08.11.2024	MH-HVB-03
Tag und Zeit:	Freitag, 15.00 – 16.30 Uhr		
Datum:	Kurs 1:		Herz-Kreislauf – Kur
	Kurs 2:		Stärkung des Immunsystems
	Kurs 3:		Frauenheilkunde und Rheuma
Dauer je Termin:	90 Min.		
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Em-ser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach		
Gebühr je Termin:	15,00 € / Mitglieder 12,00 € zzgl. 5,00 € Materialkosten (diese bitte vor Ort zahlen)		
Teilnehmerzahl:	min. 6 / max. 10		
Info & Anmeldung:	Marina Hachenberger		
Tel. / E-Mail:	0176 / 53582916 06145 / 5901904 marinahachenberger@gmail.com		
Die Teilnehmergebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp-Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen/zu überweisen.			
Anmeldung erforderlich			

V. Ernährung

Mit leckerem Essen die Welt retten?

Kochen nach der Planetary Health Diet

Planetary Health Diet, was ist das überhaupt? Wie sieht die von Wissenschaftlern empfohlene Ernährung der Menschheit für eine gesunde Zukunft für Menschen und den Planeten aus? Was können, wollen, sollen wir überhaupt noch essen? In diesem Workshop wollen wir uns nicht nur mit diesen Fragen auseinandersetzen, sondern vor allem ein bis zwei leckere Gerichte zubereiten und diese gemeinsam genießen. Der Workshop wird 2-mal angeboten und kann voneinander unabhängig gebucht werden.

Leitung:	Sabine Wannemacher <i>Wilde Köchin, Wildnispädagogin, Imkerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	SW-PH-10 (Donnerstag) SW-PH-11(SAmstag)
Tag und Zeit:	Donnerstag 17:00 – 20:30 Uhr Samstag 10.30 – 14.00 h Uhr
Datum:	Do., 24.10.2024 Sa., 02.11.2024
Dauer je Termin:	3,5 Stunden
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr:	20,00 € / Mitglieder 16,00 € + Materialkosten ca. 5,- bis 10,-€
Teilnehmer:	min. 8 / max. 15
Info & Anmeldung:	Sabine Wannemacher
Tel. / E-Mail:	06124 / 726750 sabine_wannemacher@bluewin.ch
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort zu zahlen.	
Anmeldung erforderlich bis spätestens eine Woche vorher. Sollten finanzielle Gründe Deine Teilnahme verhindern, sprich mich bitte an. Wir finden eine Lösung.	



Telefon + 49 (0)6126-9311-0
65510 Idstein im Taunus - Schulgasse 1
www.Hotel-Felsenkeller-Idstein.de

Zu Gast im inhabergeführten **Traditionsbetrieb**
Wir freuen uns, Sie im Hotel begrüßen zu dürfen
In unserer gemütlichen Gaststube servieren wir
regionale Gerichte zu unserem
selbst gekeltermem **Apfelwein**

Ihre Familie Kochendörfer



Apfelwein und mehr
Soft, Wein, Gelee
und Essig

VI. Heilpflanzen

Geheimnisse von Heilpflanzen in Theorie und Praxis

Inspirationen für die naturheilkundliche Nutzung und Anpflanzung

1. Modul: Gestaltung des eigenen Lebensraums mit Heilpflanzen, Anlegen eines Heilpflanzenzauns, Heilpflanzenbeete im Hinblick auf eigene naturheilkundliche Interessen. Dementsprechende Verwendungsmöglichkeiten werden dargestellt.
Praxiseinheit: Herstellung eines Lebenselixieres

2. Modul: Heilkräfte und Besonderheiten von Kakteen und Sukkulenten, Tipps und Besonderheiten im Garten, auf Terrasse / Balkon in Bezug auf Klimawandel und Biodiversität,
Praxiseinheit: Gestaltung und Bepflanzung Kakteen - Sukkulenten Garten, Herstellung einer Hauswurzlotion

3. Modul: Heilkräftige Waldheilpflanzen, Geheimnisse und Besonderheiten
Praxiseinheit: Herstellung einer Moostannensalbe

Die Module ergänzen sich inhaltlich, können aber auch einzeln gebucht werden. Das Modul 1 hat bereits im 1. Halbjahr stattgefunden.

Leitung:	Simone Löblein <i>Dipl.-Betriebswirtin, Phyto-Expertin (Freiburger Heilpflanzenschule)</i>		
Datum, Veranstaltungs-Nr.:	Modul 2:	11.07.2024	SL-HP-01
	Modul 3:	29.08.2024	SL-HP-02
Tag und Zeit:	Donnerstag, 17:00 –19:00 Uhr		
Dauer:	120 Min.		
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach		
Gebühr je Termin:	40,00 € / 32,00 €		
Teilnehmer:	min. 5 / max. 15		
Info & Anmeldung:	Simone Löblein		
Tel. / E-Mail:	0163 / 7851516 info@simone-loeblein.de		
Die Teilnahmegebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.			
Anmeldung erforderlich bis spätestens 7 Tage vor Kursbeginn.			

VI. Heilpflanzen

Was wächst in meinem Garten?

Wollten Sie auch immer schon mal wissen was in Ihrem Garten an Wildkräutern wächst und was man damit machen kann? Die Kräuter-Expertin kommt zu Ihnen nach Hause, geht gemeinsam mit Ihnen durch Ihren Garten und erklärt, berät und gibt Hinweise zu Rezepten und auf weitere Literatur. Entdecken Sie die Vielfalt der Natur in Ihrer unmittelbaren Umgebung und wagen Sie einen ganz neuen Zugang zur gesunden Ernährung und zu kulinarischen Erlebnissen, sowie die Möglichkeit der Ergänzung Ihrer Hausapotheke.

Leitung:	Christine Ott <i>Kräuter-Erlebnispädagogin AGL</i>
Veranstaltungs-Nr.:	CO-GA-01
Datum, Tag und Zeit:	Termin auf Anfrage von Juli bis Oktober
Dauer je Termin:	60 – 120 Min.
Ort:	Ihr eigener Garten
Gebühr je Termin:	15,00 € / Mitglieder 12,00 €
Info & Anmeldung:	Christine Ott
Tel. / E-Mail:	06124 / 722429
Die Teilnahmegebühr ist bar vor Ort zu zahlen.	
Anmeldung erforderlich	

VI. Heilpflanzen

Führung im Heilpflanzengarten

„Die Natur ist die beste Apotheke.“ (Sebastian Kneipp 1821- 1897)

Heil- und Wildpflanzen waren für Sebastian Kneipp ein wichtiger Bestandteil seines Gesundheitskonzepts. Zum 25-jährigen Jubiläum des Kneipp-Vereins wird es drei Führungen im Heilpflanzengarten geben. Christine Ott nimmt sie mit auf eine Reise durch die Jahreszeiten.

September: „Die 12 Heiler des Sebastian Kneipp“

Mit Unterstützung der Stadt Bad Schwalbach.

Leitung:	Christine Ott <i>Kräuter-Erlebnispädagogin AGL, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i>	
Datum und Veranstaltungs-Nr.:	04.09.2024	CO-HPG-01
Tag und Zeit:	Mittwoch, 17:30 – 19:00 Uhr	
Dauer je Termin:	90 Min.	
Ort:	Kneipp-Heilpflanzengarten, Reitallee beim Wohnmobil-Stellplatz, 65307 Bad Schwalbach	
Gebühr je Termin:	8,00 € / Kurgäste 6,00 € / Mitglieder frei	
Teilnehmerzahl:	min. 1 / max. 20	
Info & Anmeldung:	Christine Ott	
Tel. / E-Mail:	06126 / 5097394	
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort passend zu zahlen.		
Anmeldung erforderlich		

VI. Heilpflanzen

Wildkräuter im Taunus

Wildkräuterspaziergang – Wald, Wiese & Wasser

„Alles was wir brauchen um gesund zu bleiben, hat uns die Natur reichlich geschenkt“
(Sebastian Kneipp 1821 – 1897)

Wie kann man die heimischen Wildkräuter für die Gesundheit und in der Küche nutzen?

Spannende Kräuterinformationen und Köstlichkeiten zum Probieren erwarten die Teilnehmer bei den Kräuterspaziergängen im Taunus.

Mit dem Wasser aus dem Fischbacher Sauerbrunnen und ein paar Worten zu Kneipp und seinen Wasseranwendungen wird das Programm abgerundet.

Leitung:	Christine Ott Uta Lippold	<i>Kräuter-Erlebnispädagogin AGL</i> <i>Wildkräuterexpertin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	21.09.2024	LO-WT-01
Tag und Zeit:	Samstag, 15:00 Uhr	
Dauer je Termin:	150 Min.	
Ort:	Bolzplatz, 65307 Bad Schwalbach-Fischbach Parken bitte bei der Feuerwehr!	
Gebühr:	25,00 € / Mitglieder 20,00 €	
Teilnehmer:	min. 6 / max. 20	
Info & Anmeldung:	Christine Ott + Uta Lippold	
Tel. / E-Mail:	06126 / 5097394 oder wildkraeuter12@gmx.de	
Die Teilnahmegebühr ist bar vor Ort zu zahlen.		
Anmeldung erforderlich		

VI. Heilpflanzen

Meine kleine Hausapotheke Einfache Rezepte für den Alltag

„Vorbeugen sollt ihr durch diese Kräuter, nicht das Übel erst groß werden lassen.“
(Sebastian Kneipp 1821-1897)

Ob unterwegs oder zu Hause, Bienen- und Wespenstich, Prellung und Schürfwunde, kleine Befindlichkeitsstörungen, für alles ist ein Kraut gewachsen. In diesem Workshop erfahren die Teilnehmer hilfreiches, spannendes und historisches über Heilpflanzen und stellen ihre kleinen Rezepturen unter der Leitung von Christine Ott selber her.

Leitung:	Christine Ott <i>Kräuter-Erlebnispädagogin AGL, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i>
Veranstaltungs-Nr.:	CO-HA-01
Tag und Zeit:	Samstag, 16:00 – 19:00 Uhr
Datum:	06.07.2024
Dauer:	180 Min.
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr je Termin:	40,00 € / Mitglieder 32,00 € zzgl. 6,00 € Materialkosten
Teilnehmer:	min. 4 / max. 12
Info & Anmeldung:	Christine Ott
Tel. / E-Mail:	06126 / 5097394
Die Teilnahmegebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich	



Telefon (gebührenfrei):
0 800 - 4 17 86 37

Glück ist (m)ein
Garten!



www.diegärtner.de



Theune die GÄRTNER GmbH, Haidering 1, 65321 Heidenrod

VII. Lebensordnung

Meditatives Singen

Klang und Stille, Bewegung und Ruhe

„Das Singen ist zuerst der innere Tanz des Atems, der Seele, aber es kann auch unsere Körper aus jeglicher Erstarrung ins Tanzen befreien und uns den Rhythmus des Lebens lehren. (...) Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn alle aus ihren Seelen singen und eins sind mit der Musik, heilen sie zugleich auch die äußere Welt.“

(Yehudi Menuhin)

In diesem Sinne sind die Teilnehmer / innen eingeladen, einfache Kreislieder miteinander zu singen (die wir zusammen lernen). Jedes Lied entfaltet seine eigene Kraft, in die wir in der Stille danach eintauchen.

Leitung:	Alexandra Hodgson <i>Heilpraktikerin, Tai Chi- und QiGong Lehrerin</i>	
Datum und Veranstaltungs-Nr.:	12.07.2024	AH-MS-07
	20.09.2027	AH-MS-09
	18.10.2024	AH-MS-10
	15.11.2024	AH-MS-11
	13.12.2024	AH-MS-12
Tag und Zeit:	Freitag, 19:00 Uhr – 21:00 Uhr	
Dauer je Termin:	120 Min. / Die Termine sind einzeln buchbar	
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach	
Gebühr je Termin:	12,00 € / Mitglieder 9,00 €	
Teilnehmer:	min. 6 / max. 16	
Info & Anmeldung:	Alexandra Hodgson	
Tel. / E-Mail:	06120 / 6229	info@atemfluss.de
Die Teilnehmergebühr ist bar vor Ort zu zahlen..		
Anmeldung erforderlich		

VII. Lebensordnung

Meditationsworkshop mit meditativen Yoga-Flow

In dem Workshop wird das Konzept der Meditation sowie die gängigsten Meditationsformen vorgestellt. Es werden verschiedene Meditationsformen in der Gruppe ausprobiert. Außerdem werden die Auswirkungen von Meditation auf Körper und Geist beleuchtet.

Teil des Workshops ist außerdem ein meditativer Yogaflow, der eine bewegte Entspannung bewirkt sowie eine Schlusssentspannung, die die Ruhe nachhaltig verankert.

Erfahrung in Meditation und Yoga sind nicht notwendig.

Es wird empfohlen eine Decke und eine Matte mitzubringen.

Leitung:	Carina Mannfeld <i>zertifizierte Yogalehrerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	CM-YF-01
Tag und Zeit:	Samstag 09.11.2024; 10:00-13:00
Dauer:	3 Stunden.
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr je Termin:	60 € / Mitglieder 48 € (um 20 % ermäßigt)
Teilnehmer:	min. 8 / max. 12
Info & Anmeldung:	Per E-Mail an Carina Mannfeld
Tel. / E-Mail:	yogini.carina@gmail.com
Die Teilnahmegebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich bis spätestens zum 01.11.2024.	

VII. Lebensordnung

Klangmeditation am Dienstag

„Häufig genug kommt es vor, dass körperlich Kranke noch viel kränker sind an der Seele.“ (Sebastian Kneipp 1821 – 1897)

Tun Sie sich etwas Gutes und lassen Sie sich mitnehmen, tauchen Sie ein in die sphärischen Klänge der Klangschalen und Gongs. Vergessen Sie für kurze Zeit die Sorgen des Alltags und lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf.

Entspannen Sie und stärken Sie Ihre Widerstandskraft.

Leitung:	Christine Ott <i>Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i>	
Tag, Zeit und Veranstaltungs-Nr.:	06.08.2024	CO-KM-08
	03.09.2024	CO-KM-09
	03.12.2024	CO-KM-12
Tag und Zeit:	Dienstag, jeweils 18:30 Uhr	
Dauer:	60 Min.	
Ort:	Gesundheitsquartier, Egerlandstraße 15, 65510 Idstein	
Gebühr:	15,00 € / Mitglieder 12,00 €	
Teilnehmer:	min. 4 / max. 10	
Info & Anmeldung:	Christine Ott	
Tel. / E-Mail:	06126 / 5097394	
Die Teilnehmergebühr ist bar vor Ort zu zahlen..		
Anmeldung erforderlich		

VII. Lebensordnung

Ein Kurs im Glücklichsein

Bist Du glücklich? Was macht Dich glücklich?

Würdest Du gerne glücklicher sein?

Ist es nicht interessant und wunderbar zu wissen, dass Du selbst Einfluss auf Dein Glücklichsein nehmen kannst? Dein Wohlbefinden und Deine Zufriedenheit hängen von vielen Faktoren ab, von denen wir einige unter die Lupe nehmen werden. Wir werden uns in dem Kurs z. B. mit Deiner körperlichen und geistigen Gesundheit, Deiner Work-Life-Balance, Deiner Resilienz, Deiner Kommunikation und Deinem Selbstvertrauen beschäftigen.

Lass uns während des 2-teiligen Kurses gemeinsam auf die Reise gehen und erforschen, welche Möglichkeiten Du hast, damit Du Dich auch in herausfordernden Lebenssituationen gestärkt, wohl und glücklich fühlst.

Schon Abraham Lincoln war der Meinung: „Die meisten Menschen sind so glücklich, wie sie es sich selbst vorgenommen haben.“ Wie viel Glücklichsein nimmst Du Dir vor?

Leitung:	Sabrina Gruszka, <i>Entspannungspädagogin, Mentaltrainerin und Yogalehrerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	siehe VHS
Tag und Zeit:	Donnerstag, 19:30 – 21:30 Uhr
Datum:	21.11.2024 28.11.2024
Dauer:	jeweils 120 Min.
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr je Termin:	30,00 € / Mitglieder 24,00 €
Teilnehmer:	min. 6 / max. 12
Info & Anmeldung:	vhs Taunusstein, Erich-Kästner-Str. 5, 65232 Taunusstein
Tel. / E-Mail:	06128 / 927739 www.vhs-rtk.de
Die Teilnahmegebühr auf das Konto der vhs zu zahlen, alle Infos dazu auf www.vhs-rtk.de oder telefonisch 06128/927739.	
Anmeldung erforderlich bis eine Woche vorher	

VII. Lebensordnung

Klangmeditation am Donnerstag

„Häufig genug kommt es vor, dass körperlich Kranke noch viel kränker sind an der Seele.“ (Sebastian Kneipp 1821 – 1897)

Tun Sie sich etwas Gutes und lassen Sie sich mitnehmen, tauchen Sie ein in die sphärischen Klänge der Klangschalen und Gongs. Vergessen Sie für kurze Zeit die Sorgen des Alltags und lassen Sie Ihrer Phantasie freien Lauf.

Entspannen Sie und stärken Sie Ihre Widerstandskraft.

Leitung:	Christine Ott <i>Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA</i>	
Tag, Zeit und Veranstaltungs-Nr.:	04.07.2024	CO-KM-07
	24.10.2024	CO-KM-10
	07.11.2024	CO-KM-11
Tag und Zeit:	Dienstag, jeweils 18:30 Uhr	
Dauer:	60 Min.	
Ort:	Gesundheitsquartier, Egerlandstraße 15, 65510 Idstein	
Gebühr:	15,00 € / Mitglieder 12,00 €	
Teilnehmer:	min. 4 / max. 10	
Info & Anmeldung:	Christine Ott	
Tel. / E-Mail:	06126 / 5097394	
Die Teilnehmergebühr ist bar vor Ort zu zahlen..		
Anmeldung erforderlich		

VII. Lebensordnung

Gemeinsam wieder aktiv

Angebote für Senioren und Junggebliebene

Die Kneipp-Nachmittage orientieren sich an den 5 Säulen Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Es werden Wasseranwendungen, Brunnenwasserverkostungen, Klangmeditationen, Ernährungsangebote, Fantasiereisen, Fußgymnastik, Denksportaufgaben, Besuch des Heilpflanzengartens, Entspannungsübungen, kleine Spaziergänge, Filzen u.a. angeboten.

Leitung:	Kursleiter / innen des Kneipp-Verein		
Datum und Veranstaltungs-Nr.:	Kurs 1:	12.07.2024	HS-GA-07
	Kurs 2:	16.08.2024	HS-GA-08
	Kurs 3:	20.09.2024	HS-GA-09
	Kurs 4:	11.10.2024	HS-GA-10
	Kurs 5:	15.11.2024	HS-GA-11
	Kurs 6:	13.12.2024	HS-GA-12
Tag und Zeit:	Freitag, 13:00 Uhr bis 15:30 Uhr einmal monatlich		
Dauer je Termin:	2,5 Stunden		
Themen:	Kurs 1: Brunnenverkostung		
	Kurs 2: Sommerspaziergang		
	Kurs 3: Herbstkranz binden		
	Kurs 4: Gymnastik auf dem Stuhl		
	Kurs 5: Autogenes Training, Geschichten erzählen / vorlesen		
	Kurs 6: Jahresabschluss – Adventsfeier		
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach Der Eingang führt über 10 Stufen.		
Gebühr je Termin:	12,50 € / 10,00 Mitglieder zzgl. ggfls. Materialkosten		
Teilnehmer:	min. 6 / max. 14		
Info & Anmeldung:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.		
Tel. / E-Mail:	06124 / 722429 – (Anrufbeantworter) info@kneipp-verein-bad-schwalbach.de		
Die Teilnehmergebühr ist vor Ort zu zahlen.			
Anmeldung erforderlich			

VII. Lebensordnung

QiGong im Park

Dieser kleine Spaziergang im Kurpark unterstützt die Lebensenergie und -freude durch QiGong-Übungen: bewusstes Gehen, eine Durchlässigkeit des gesamten Körpers durch lockere Gelenke, vertiefte Atmung, heilgymnastische Übungen aus der Schatzkiste der chinesischen Medizin wirken harmonisierend auf Kreislauf, Nerven und Bewegungsapparat und verbinden zu einem harmonischen Ganzen.

Leitung:	Alexandra Hodgson <i>Heilpraktikerin, Tai Chi- und QiGong Lehrerin</i>	
Datum und Veranstaltungs-Nr.:	25.08.2024	AH-QP-08
Tag und Zeit:	Sonntags 10.30 – 12.00 Uhr	
Dauer je Termin:	90 Min.	
Ort:	Weinbrunnen im Kurpark, 65307 Bad Schwalbach	
Gebühr:	8,00 € / Kurgäste: 6,00 € / Mitglieder: kostenlos	
Teilnehmer:	min. 1 / max. 16	
Info & Anmeldung:	Alexandra Hodgson	
Tel. / E-Mail:	06120 / 6229	info@atemfluss.de
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort passend zu zahlen		
Anmeldung <i>nicht</i> erforderlich		

VII. Lebensordnung

Der Alltagsyogi

Yoga macht fit, gelassen und glücklich. Gute Gründe mehr Yoga zu machen! Im Alltag fehlt Dir jedoch die Zeit, regelmäßig an einem Kurs teilzunehmen? Wäre es in dem Fall nicht wunderbar, Atem- und Körperübungen zu erlernen, die Du am Morgen, am Mittag oder am Abend einfach in Deinen Alltag integrieren kannst?

Werde auch Du ein Alltagsyogi und entdecke an unserem Kursabend Möglichkeiten für eine kurze und regelmäßige Yogapraxis Zuhause oder auf der Arbeit.

Leitung:	Sabrina Gruszka, <i>Entspannungspädagogin, Mentaltrainerin und Yogalehrerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	siehe VHS
Tag und Zeit:	Donnerstag, 19:00 – 21:00 Uhr (04.07.) Samstag, 10:30 – 12:30 Uhr (06.07.)
Datum:	04.07.2024 (bereits ausgebucht) Zusatztermin: 06.07.24
Dauer:	120 Min.
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr je Termin:	19,00 € / Mitglieder 15,20 €
Teilnehmer:	min. 6 / max. 12
Info & Anmeldung:	vhs Taunusstein, Erich-Kästner-Str. 5, 65232 Taunusstein
Tel. / E-Mail:	06128 / 927739 www.vhs-rtk.de
Die Teilnahmegebühr auf das Konto der vhs zu zahlen, alle Infos dazu auf www.vhs-rtk.de oder telefonisch 06128/927739.	
Anmeldung erforderlich bis eine Woche vorher	

VII. Lebensordnung

Yoga Workshop zum Thema Energie

Yoga ist eine wundervolle Möglichkeit, um die eigene Energie zu aktivieren. Die Kombination aus körperlicher Bewegung, tiefer Atmung und Entspannung lädt dich mit frischer Energie auf.

Der Energie Workshop beinhaltet eine Atemübung, eine Meditation, eine Yogapraxis und eine Schlussentspannung.

Erfahrung in Meditation und Yoga sind nicht notwendig.

Es wird empfohlen eine Decke und eine Matte mitzubringen.

Leitung:	Carina Mannfeld, <i>zertifizierte Yogalehrerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	CM-YW-01
Tag und Zeit:	Samstag 24.08.2024; 10:00 - 13:00 Uhr
Datum:	24.08.2024
Dauer:	3 Stunden
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr je Termin:	60 € / Mitglieder 48 € (um 20 % ermäßigt)
Teilnehmer:	min. 8 / max. 12
Info & Anmeldung:	Per E-Mail an Carina Mannfeld
Tel. / E-Mail:	yogini.carina@gmail.com
Die Teilnahmegebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich bis zum 16.08.2024	

VII. Lebensordnung

Drachentor – QiGong

auch „Die 12 Heiler“ genannt

Dieser 900 Jahre alte Ablauf aus 12 Übungen ist eine Mischung aus bewegtem und stillem Chi Gong. Es wird auch **Medizinisches QiGong** genannt, da es in beeindruckender Weise die Lebensenergie (das Qi) ins Fließen bringt, die Meridiane (wichtige Energiekanäle bekannt aus der Akupunktur) auflädt und damit die Organe und die Entgiftungsfunktion des Körpers stärkt. Es ist besonders geeignet zur täglichen Energie- und Gesundheitspflege. Kursunterlagen werden zur Verfügung gestellt.

Leitung:	Alexsandra Hodgson, <i>Heilpraktikerin, Tai Chi – und QiGong Lehrerin</i>
Veranstaltungs-Nr.:	AH-CG-10
Tag und Zeit:	Donnerstag, 17.00 – 19.00 h
Datum:	17.10.2024
Dauer:	120 Min.
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr je Termin:	20 € / Mitglieder des Kneipp – Vereins 16,00 €
Teilnehmer:	min. 7 / max. 12
Info & Anmeldung:	Alexsandra Hodgson
Tel. / E-Mail:	06120-6229, info@atemfluss.de
Die Teilnahmegebühr ist bis 7 Kalendertage vor Beginn der Veranstaltung unter Angabe der Veranstaltungs-Nr. auf das Konto des Kneipp Vereins IBAN DE67 5105 0015 0366 0500 00 einzuzahlen.	
Anmeldung erforderlich bis zum 16.08.2024	



Naturheilpflege

Entspannungs- und Wasseranwendungen
Gesundheits- und Ernährungsberatung
Heilkräuter- und Infusionstherapie
Reflexzonen- und Aromatherapie

Notfallpflege

Notfallausrüstung
Erste Hilfe Kurse
Notfalltrainings
Sanitätsdienst

VIII. Gesundheit und Wissen

Bildungsurlaub: Kraft tanken mit Kneipp Allgemeine Informationen

Tun Sie etwas für sich, für Körper, Geist und Seele!

Ziel der Bildungswoche „Kraft tanken mit Kneipp“ soll sein, mithilfe der ganzheitlichen Kneipp-Gesundheitslehre zukünftig den Herausforderungen in Beruf und/oder Privatleben besser begegnen zu können.

Hierzu bieten wir In Zusammenarbeit mit der VHS RTK e. V. im Jahr 2024 sechs Bildungsurlaube an. Die Bildungsurlaube haben jeweilige Schwerpunkte.

Sie finden in den Räumlichkeiten des Kneipp-Vereins in Bad Schwalbach statt (Emser Straße 3), lediglich das Angebot „Genuss-Wandern im Idsteiner Land“ findet in Idstein statt.

Grundsätzlich sind für alle Bildungsurlaube folgende Dinge mitzubringen:

Wetterfeste Schuhe, Kleidung und Getränke. Ebenso ein Badeanzug oder eine kurze Hose für die Wasseranwendungen.

Weitere Infos zu den einzelnen Bildungsurlauben und Anmelde-möglichkeit finden Sie bei der vhs RTK unter:

<https://www.vhs-rtk.de> oder

Tel. 06128 / 9277-39

info@vhs-rtk.de

Bildungsurlaub: Kraft tanken mit Kneipp Termine und Titel/Schwerpunkte		
Zeitraum	Titel/Schwerpunkt	Veranstaltungs-Nr.
15.07. – 19.07.2024	Wildkräuter	siehe VHS
22.07. – 26.07.2024	Wasser – Wickel – und Co.	siehe VHS
29.07. – 02.08.2024	Wandern im Idsteiner Land	siehe VHS
28.10. – 01.11.2024	Bewegung	siehe VHS

VIII. Gesundheit und Wissen

Kneipp Einführungs-Workshop

Pfarrer Sebastian Kneipp (1821 -1897) hat ein ganzheitliches Naturheilverfahren entwickelt, das auf den Erhalt, bzw. die Wiederherstellung der Gesundheit der Menschen abzielt. Basis hierfür ist ein regelmäßiges Training und die Abhärtung. Körper, Geist und Seele sollen im Einklang stehen. Es ist heute – im 21. Jahrhundert - aktueller denn je.

„Man muß auf den ganzen Körper einwirken, wenn man den Krankheitsstoff beseitigen will.“ (Sebastian Kneipp)

In diesem Workshop erfahren Sie die Grundlagen zu den fünf Elementen: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen, Lebensordnung.

Mitzubringen sind: Stift, Papier, Handtuch, Badeschlappen, bequeme Kleidung.

Leitung:	Christine Ott, <i>Kneipp Gesundheitstrainerin SKA, exam. Krankenschwester</i>
Veranstaltungs-Nr.:	siehe VHS
Tag und Zeit:	Samstag, 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr, inkl. Pausen
Datum.:	17.08.2024
Dauer:	ganztags
Ort:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.; Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
Gebühr:	40,- € / Mitglieder kostenfrei
Teilnehmer:	min. 4 / max. 12
Info & Anmeldung:	VHS Taunusstein, Erich-Kästner-Straße 5, 65232 Taunusstein
Tel. / E-Mail:	06128 927739 tsst@vhs-rtk.de
Anmeldung erforderlich bis spätestens 7 Tage vor Kursbeginn Teilnahme nur nach Voranmeldung möglich.	

VIII. Gesundheit und Wissen

Kneipp-Touren

Spaziergänge durchs Menzebach- oder Röthelbachtal

„Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muß eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern.“ (Sebastian Kneipp 1821-1897)

Zum 25-jährigen Jubiläum des Kneipp-Vereins wird es Führungen in beiden Tälern geben, bei denen Sie Wasser kosten, Anwendungen ausprobieren und Heilpflanzen kennen lernen.

Mit Unterstützung der Stadt Bad Schwalbach.

Leitung:	Christine Ott, <i>Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA, Kräuter-Erlebnispädagogin AGL</i>		
Datum und Veranstaltungs-Nr.:	Kurs 1:	14.07.2025	CO-KT-07
	Kurs 2:	08.09.2024	CO-KT-09
Tag und Zeit:	Sonntag, 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr		
Dauer je Termin:	90 Min.		
Ort / Treffpunkt:			
	Kurs 1:	14.07.2025	Menzebachtal
	Kurs 2:	08.09.2024	Röthelbachtal
Gebühr:	8,00 € / Kurgäste 6,00 € / Mitglieder kostenfrei		
Teilnehmer:	min. 1 / max. 20		
Info & Anmeldung:	Christine Ott		
Tel. / E-Mail:	06126 / 5097394		
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort passend in bar zu zahlen.			
Anmeldung erforderlich			

VIII. Gesundheit und Wissen

Wasserspaziergänge zu den Quellen Bad Schwalbachs

Bad Schwalbach ist eine der reichsten Regionen Deutschlands an kohlesäurehaltigem Mineralwasser und beherbergt noch 9 öffentlich zugängliche Heilwasser-Brunnen, von denen wir mehrere erwandern werden. Wir benutzen kleine ver-schwiegene Wege, erfreuen uns an schönen Ausblicken, probieren das kostbare Nass und tun etwas für unsere Gesundheit. Dabei erfahren wir die Bedeutung des wichtigsten Elements für die Kneipp-Therapie und einiges über die Wirkungen des Heilwassers und die Geschichte Bad Schwalbachs als Luxusbad.

Der Arzt Dr. Jacob Theodor (Tabernaemontanus) untersuchte diese Quellen – den „Neuwen Wasserschatz“ – schon um 1580 und war voll des Lobs über die „Sawbrunnen zu Langen Schwallbach“, womit er die Grundlage für den Kurbetrieb der Stadt legte.

Die Wanderung erfolgt in einem den Teilnehmern angepassten Tempo.

„Lernt das Wasser richtig kennen und es wird Euch stets ein verlässlicher Freund sein.“ Sebastian Kneipp (1821 - 1897)

Mit Unterstützung der Stadt Bad Schwalbach.

Leitung:	Elinka Sturm <i>Geographin M.A.</i>		
Datum und Veranstaltungs-Nr.:	Kurs 1:	28.07.2024	ES-WS-07
	Kurs 2:	29.09.2024	ES-WS-09
Tag und Zeit:	Sonntags, 15.00 – 16.30 Uhr		
Dauer je Termin:	ca. 90 Min.		
Ort:	Kurs 1:	Ehebrunnen, Badweg, 65307 Bad Schwalbach (Nähe Minigolfhaus)	
	Kurs 2:	Brodelfrunnen, Adolphstraße, 65307 Bad Schwalbach (beim Kino)	
Gebühr:	8,00 € / Kurgäste 6,00 € / Mitglieder kostenfrei		
Teilnehmer:	min. 1 / max. 15		
Info & Anmeldung:	Elinka Sturm		
Tel. / E-Mail:	0163 / 7327553 kristallinsel-sturm@web.de		
Die Teilnahmegebühr ist vor Ort passend in bar zu zahlen.			
Anmeldung erforderlich bis spätestens Mittwoch vorher			



GARTENFELD - APOTHEKE

Dr. Thomas Stanek
 Gartenfeldstr. 4a
 65307 Bad Schwalbach
 Tel.: 0 61 24 - 33 82
 Fax: 0 61 24 - 43 70
www.gartenfeldapotheke.de
apogarten@t-online.de

Gut zu erreichen von allen Seiten,
 mit dem Auto oder zu Fuß.

Und bei Bedarf kommen wir auch
 gerne zu Ihnen nach Hause.

Um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden kümmert sich
 unser kompetentes Team mit Rat und Tat.

**Besuchen Sie uns - persönlich und online.
 Wir sind immer für Sie da !**

Öffnungszeiten

Mo	08:00 - 13:30 14:30 - 19:00
Di	08:00 - 13:30 14:30 - 18:30
Mi	08:00 - 13:30 14:30 - 18:30
Do	08:00 - 13:30 14:30 - 19:00
Fr	08:00 - 13:30 14:30 - 18:30
Sa	08:30 - 13:30

Botendienst



Wir gratulieren zum
25-jährigen Bestehen



www.bad-schwalbach.de/kneipp



BAD SCHWALBACH

seit 2014 Kneipp-Kurort

Danke für die gute
Zusammenarbeit!

seit 1945
Becker

Ihr Baumarkt für ...

HAUS • GARTEN • TIER

Nikolaus-August-Otto Straße 18
65307 Bad Schwalbach
Telefon 0 61 24 - 72 79 70



Bau- und Gartenmarkt

Mo. - Fr. 7.00 bis 18.30 Uhr
Sa. 7.30 bis 14.00 Uhr

Betontankstelle

Mo. - Fr. 7.15 bis 16.00 Uhr
Sa. 7.30 bis 12.30 Uhr

www.baustoffe-becker.com

BAUSTOFFE • GARTENARTIKEL • BRENNSTOFFE

seit 1945
Becker

BAUSTOFF-FACHHANDEL

Bahnhofstraße 22
65307 Bad Schwalbach
Telefon 0 61 24 - 23 09



BAUVISTA
Unsere Einkaufskooperation

IHR
HEIZÖL
PARTNER

STIHL

Makita
POWER TOOLS

Mo. - Fr. 7.00 bis 17.00 Uhr
Sa. 7.30 bis 13.00 Uhr

www.baustoffe-becker.de

IX. Vereinsinformationen

Leitbild

Wir sind:

- der Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.
- ein eigenständiger und gemeinnütziger Verein
- Mitgliedsverein bei:
 - Kneipp-Landesverband Hessen e.V.
 - Kneipp-Bund e.V. Bad Wörishofen
 - Paritätischen Wohlfahrtsverband - Gesamtverband e. V..

Unsere Werte:

- Wir sind geprägt vom Verständnis eines ganzheitlichen und humanistischen Welt- und Menschenbildes

Unsere Ziele:

- die Gesundheitsförderung und die Prävention mit Hilfe der Lehre von Pfarrer Kneipp allen Menschen in unserer Region zugänglich zu machen, ohne dass Konfession, Herkunft und Alter eine Rolle spielen.
Hierfür sollen sich die 5 Elementen der kneipp'schen Lehre, wie Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung in den Angeboten und Aktivitäten durch den Verein wiederfinden.
- dass die kneipp'sche Gesundheitslehre durch innovative Gesundheitsprojekte in Gesellschaft, Politik und Wirtschaft positiv wahrgenommen und verbreitet wird.
- Förderung der Verantwortlichkeit des Menschen für sich selbst sowie gegenüber Natur und Umwelt
- Hinführung zu einer gesunden, einfachen und naturnahen Lebensweise

WIR WOLLEN ERREICHEN:

- dass Wassertretbecken, Armbecken, Barfußpfade, Heilpflanzengärten und kneipp'sche Begegnungszentren flächendeckend in der Region eingerichtet werden.

WIR FÖRDERN und UNTERSTÜTZEN:

- Wir entwickeln zielgruppengerichtete Projekte nach dem Gesundheitskonzept Sebastian Kneipps
- die Gesundheitsbildung in den Lebenswelten (Betrieb, Kindergarten, Schule, Kommune und Senioreneinrichtungen) durch qualifizierte Weiterbildungsmaßnahmen

Der Vorstand macht es sich zur Aufgabe Qualitätsstandards festzulegen und eine regelmäßige Evaluation durchzuführen

IX. Vereinsinformationen

Mitgliedschaft

Nach Eingang Ihres Aufnahmeantrags erhalten Sie eine Bestätigung.
Vom Kneipp-Bund Bad Wörishofen, erhalten Sie den Mitgliedsausweis und regelmäßig das Kneipp-Journal.

Mitgliedsbeiträge (Jahresbeitrag)

Einzelmitgliedschaft	40,00 €
Familienangehörige, Jugendliche bis 26 Jahre und Sozialtarif	25,00 €
Sondermitgliedschaft für Kinder bis 18 Jahre (wenn ein Elternteil Mitglied ist)	beitragsfrei
Mitgliedschaft für Verbände / Vereine	70,00 €

Bei Vereinsbeitritt im Laufe des Jahres wird der Beitrag ab dem Eintrittsmonat anteilig für den Rest des verbleibenden Jahres erhoben.
Der Mitgliedsbeitrag wird per Lastschrift eingezogen.
Formal sind die Mitgliedsbeiträge fällig bis zum 31.01. des aktuellen Jahres. Das Geschäftsjahr ist identisch mit dem Kalenderjahr.

Ihre Vorteile:

- ⇒ Sie nutzen unser vielfältiges gesundheitsorientiertes Angebot an Kursen, Workshops, Vorträgen, Ausflügen und Wanderungen.
- ⇒ Sie erhalten Informationen zu den 5 Säulen nach Kneipp und deren Anwendung (Wasser, Bewegung, Heilpflanzen, Ernährung und Lebensordnung).
- ⇒ Sie finden Kontakt zu Gleichgesinnten.
- ⇒ Sie erhalten das Kneipp-Journal mit vielen interessanten Informationen rund um die Gesundheitsförderung.
- ⇒ Sie erhalten Vergünstigungen bei Weiterbildungen des Kneipp-Bundes und in den Hotels des Kneipp-Bundes in Bad Wörishofen und Bad Lauterberg sowie bei einigen Kooperationspartnern.

Kündigung

Die Kündigung der Mitgliedschaft ist zum Ende des Kalenderjahres mit einer dreimonatigen Kündigungsfrist, d.h. bis zum 30.09. des Jahres möglich. Die Kündigung ist schriftlich (per Brief oder E-Mail) an die Anschrift des Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3, 63507 Bad Schwalbach, zu senden.

Aufnahmeantrag

Download des Aufnahmeantrags unter
<https://kneipp-bad-schwalbach.de/mach-mit/>

IX. Vereinsinformationen

Der Vorstand

Andreas Ott	1. Vorsitzender
Christine Ott	Schriftführerin
Vera Retzel	Schatzmeisterin
Alexsandra Hodgson	Kursleiterkoordinatorin
Sabrina Gruszka	Beisitzerin
Petra Mergner	Beisitzerin (Stadt Bad Schwalbach)
Uta Lippold	Jugendleiterin

Impressum

Herausgeber:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V. Gemeinnützigkeit anerkannt, FA Bad Schwalbach
Registriert:	Amtsgericht Wiesbaden, VR 4660
Mitgliedschaften:	Kneipp-Bund e.V., Kneipp-Bund Landesverband Hessen e.V. Der Paritätische Wohlfahrtsverband, Landesverband Hessen e. V.
Verantwortlich für den Inhalt (i.S.d.P.)	Andreas Ott, 1. Vorsitzender
Postanschrift:	Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V., Emser Straße 3 (EG), 65307 Bad Schwalbach
E-Mail:	info@kneipp-bad-schwalbach.de
Internet:	www.kneipp-bad-schwalbach.de
Layout u. Erstellung:	Studio Leidner, Idstein und Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.

Sollten Fehler im Programmheft sein, sind diese rein zufällig und rechtlich nicht bindend (z.B. bei Kursdauer, Kursbeginn, Kursort).

Ihre Notizen

A large rectangular area with a dotted border, intended for taking notes. The area is empty and occupies most of the page below the title.



Das Farbenspiel mit Grips!

Kombinieren Sie blitzschnell
Kartenfarbe, Wort und Wortfarbe.

Das neue Gesellschaftsspiel und
Gedächtnistraining für Jung und Alt.



Erhältlich unter www.OXx-das-spiel.de