

PROGRAMM

Erstes Halbjahr 2022

 Verein
Kneipp
aktiv & gesund

Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.

**Kneippen
ist Kult**

 **Immaterielles
Kulturerbe**
Wissen. Können. Weitergeben.

Eintrag im
Bundesweiten Verzeichnis
Immaterielles Wissen und Praxis
nach der Lehre Sebastian Kneipps



Kneipp-Wassertretanlage Chausseehaus



Wegbeschreibung

Auf der Lahnstraße bis Chausseehaus (Bus 275 Richtung Bad Schwalbach), von dort ca. 15 Min. auf dem Wanderweg Richtung Schläferskopf, mit roten und schwarzen Punkten markiert. Die Wassertretanlage ist ausgeschildert.

Liebe Freunde des Kneipp-Vereins Wiesbaden,
wie viele andere Vereine waren wir seit dem Frühjahr 2020 massiv durch die Corona-Pandemie betroffen, durch ausgefallene Kurse, sinkende Teilnehmerzahlen und Kündigung von Mitgliedern.

Im Herbst 2021 sind die Einschränkungen unserer Aktivitäten weitgehend fortgefallen und wir gehen davon aus, dass sich dies fortsetzt, auch wenn uns gewisse Schutzmaßnahmen noch einige Zeit begleiten werden. Mit der Folge, dass unsere Angebote hoffentlich wieder größeren Zuspruch haben werden.

Lassen Sie die in diesem Heft angebotenen Aktivitäten zusammen mit gleichgesinnten netten Menschen auf sich wirken. Wenn wir mit unseren Angeboten Ihre Neugier geweckt haben, begrüßen wir Sie gern zum „Schnuppern“ in einem unserer Kurse, als Gast bei einer Wanderung oder wir treffen uns an einer Kneipp-Wassertretanlage. Die von uns betreuten Kneipp-Wassertretanlagen in Wiesbaden stellen wir auf den Umschlagseiten dieses Hefts vor.



Ulrich Winkelmann
1. Vorsitzender



Horst Maiwald
2. Vorsitzender

Inhaltsverzeichnis	Seite
Reisen	5-7
Vorträge	8
Gymnastik	
Kurs 01 - Rückengymnastik für Damen und Herren	10
Kurs 02 - Rückengymnastik für Damen und Herren	11
Kurs 03 - Morgengymnastik nur für Damen	12
Kurs 04 - Ganzkörper-Gymnastik für Damen und Herren	13
Kurs 05 - Rückengymnastik für Damen und Herren	14
Yoga	15
<i>Geschichte unseres Vereins</i>	16/17
QiGong	18
Tanzen - Gesellige Tänze für Seniorinnen und Senioren	19
Gesang - Singen von Volksliedern und Kanons	20
Wandern	
Wanderungen – Kurzstrecken	21
Wanderungen mit Franz Bayer	22
Wanderungen des Kneipp-Vereins Mainz	23
Kräuterwanderungen mit Judith Klare	23/24
Gemeinsamer Stammtisch mit dem Biochemischen Verein	25
Kursleiterinnen und -leiter, Veranstaltungsorte	26
Regeln und Informationen für die Teilnahme an Kursen	27
Hinweis auf Angebote benachbarter Kneipp-Vereine	27
Informationen zum Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.	28
Aufnahmeantrag	29
Impressum	30

Anmeldeschluß:
28.02.2021

Reisen

Vereinsfahrt und Wanderwoche in Bad Lauterberg/Harz vom 25. April bis zum 01. Mai 2022

Wie heißt es u. a. im Maienlied *“...die Bäume schlagen aus, da bleibe, wer Lust hat, mit Sorgen zu Haus ...”*. Wir wollen es erneut versuchen und planen, unsere 2020 und auch 2021 coronabedingt abgesagte Vereinsreise im nächsten Jahr nachzuholen und laden Sie zu unser Frühjahrs-/Vereinsfahrt und Wanderwoche vom 25.04. bis 01.05 2022 nach Bad Lauterberg herzlich ein.

Wir werden dort im Kneipp-Bund-Hotel Heikenberg wohnen. Von dort aus sind schöne Wanderungen und interessante Besichtigungen vorgesehen. Für Nichtwanderer wird ein Alternativprogramm angeboten. Es besteht aber auch die Möglichkeit, Wellness- und Kuranwendungen in Anspruch zu nehmen.

Die Anreise nach Bad Lauterberg und Rückfahrt nach Wiesbaden erfolgt mit einem Reisebus (**von Anreisen mit eigenem Auto ist abzusehen, da sonst die Kalkulation der Reisekosten pro Person nicht aufgeht**).

Die Busfahrkosten betragen für Mitglieder pro Person 80 Euro. Gäste (Nichtmitglieder) zahlen auf die Busfahrkosten einen Aufschlag von 20 % als Ausgleich für unseren Verwaltungsaufwand (= Fahrpreis 96,00 € je Person).

Diese Busfahrkosten von 80,00 € für Mitglieder bzw. für Gäste in Höhe von 96,00 € bitten wir zeitgleich mit der Anmeldung an unseren Verein unter Angabe des Verwendungszwecks “Busreise 2022“ zu überweisen.

Der Halbpensionspreis/Person für 6 Übernachtungen mit Frühstücks- und kalt/warmem Abendbuffet beträgt:

Bei Unterbringung	für Mitglieder	für Nicht- mitglieder/Gäste
▪ im Doppelzimmer (Standard)	328,00 €	346,00 €
▪ im Einzelzimmer (Standard)	389,00 €	407,00 €

Auf Wunsch stehen Komfort-Zimmer für einen Aufschlag von 7,00 €/je Nacht/Person zur Verfügung.

Zum genannten Pensionspreis kommt noch die Gästekarte (Kurtaxe) von 2,50 €/Tag/Person hinzu (Schwerbehinderte = 1,70 €)

Der Pensionspreis und die Kurtaxe sind von jedem Teilnehmer an das Hotel vor Ort zu zahlen.

Für Ihre Anmeldung bitte den nebenstehenden Vordruck verwenden.

Anmeldeschluss für diese Reise ist der 28. Februar 2022.

Die Reise kann nur stattfinden, wenn mindestens 24 Personen teilnehmen!



Bitte zunächst mitteilen, ob Sie Interesse an der Reise haben und ausfüllen, wenn Sie informiert wurden, dass die Reise stattfindet.

Reiseanmeldung

für die Wander- und Vereinsreise des Kneipp-Vereins Wiesbaden e.V.
nach Bad Lauterberg / Harz,
vom **25. April bis 01. Mai 2022**

Ich erkläre hiermit verbindlich, dass ich an der Wander- und Vereinsreise nach Bad Lauterberg/Harz in der Zeit vom 25. April bis 01. Mai 2022 zu den beschriebenen Konditionen teilnehme.

Ich bitte um Unterbringung

in einem Einzelzimmer

Doppelzimmer

Komfort-Zimmer

Ich erkenne an, dass meine Teilnahme eigenverantwortlich / selbstschuldnerisch erfolgt. *Der Kneipp-Verein Wiesbaden e.V. tritt bei dieser Reise nur als Vermittler auf. Eventuelle Regressansprüche sind unmittelbar an das Busunternehmen bzw. an das Hotel zu richten.*

Die Kosten für den Bustransfer nach Bad Lauterberg und zurück nach Wiesbaden betragen

- für **Vereinsmitglieder** je Person **80,00 €**
- für **Gäste** je Person **96,00 €**).

Gleichzeitig mit dieser Anmeldung werde ich den betreffenden Betrag umgehend auf das unten angegebene Konto des Kneipp-Vereins Wiesbaden e.V. überweisen.

Mein Name und meine Anschrift / Erreichbarkeit:

Familienname, Vorname	Bei Doppelzimmerbuchung Familienname, Vorname der zweiten Person
PLZ, Wohnort	Straße, Hausnummer
Telefon	E-Mail-Adresse
Ich bin Mitglied im Kneipp-Verein	<input type="checkbox"/> Ich bin kein Mitglied im Kneipp-Verein.

Unterschrift:

Bitte senden an:

Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.
Bismarckring 3
65183 Wiesbaden

Kontoverbindung des Kneipp-Vereins
Wiesbaden:
Wiesbadener Volksbank
IBAN: DE90 5109 0000 0008 8187 03



Vorträge

In Kooperation mit dem **Naturheilforum Wiesbaden (NHF)** werden nachstehende Vorträge angeboten.

Termin jeweils Dienstag	Thema, Referent
04.01.2022	Unser Naturheilforum stellt sich vor – Allgemeiner Abend! Aktivitäten, Vorführungen, Beratungen Die Veranstaltung im Januar 2022 ist kostenlos!
01.02.2022	Colon irritable – Reizdarm, was den Darm alles reizt? Diagnose und Therapiemöglichkeiten Referentin: Patricia Grill, HP, Praxis für Naturheilkunde, Mainz
01.03.2022	Manuelle Lymphdrainage Anwendungsmöglichkeiten und Wirksamkeit Referent: Erich Reppe, Physiotherapeut Massagepraxis und Fußpflege, Wiesbaden
05.04.2022	Jubiläumsfeier zum 25-jährigen Jahrestag seit Gründung 1997 Teilnahme nur nach Anmeldung und bestätigter Einladung Büffet 20 €/Person - Keine Vortragsveranstaltung!
03.05.2022	Das Logbuch der Hundertjährigen Wissenswertes von A wie Atmung bis Z wie Zähne Naturheilmedizin Referentin: Dr. med. Antje Göttert, Hautärztin, Wiesbaden
07.06.2022	Glücksmomente und Gesundheit selbst gemacht Mit neuem Bewusstsein und mehr Freude und Kraft zurück ins Leben Referentin: Christine Stibi, GB Meditations-, Bewusstseins- & Yogalehrerin www.christine-stibi.de
Abkürzung: GB = Gesundheitsberater, HP = Heilpraktiker	

Veranstaltungsort: Gaststätte „**ALT-WIESBADEN**“, Kurt-Schumacher-Ring 17, gegenüber der Feuerwache (Bushaltestelle Loreleiring, z.B. mit Linie 4 und 27 ab Wi-Hauptbahnhof).

Zeit: jeweils **19:00 bis 21:00 Uhr.**

Für die Veranstaltungen mit Vorträgen bittet das NHF um einen Wertschätzungsbeitrag in Höhe von 5,00 €.

Rückfragen: **Manfred Stollreiter** ☎ **0170 - 5 62 29 46**

E-Mail: naturheilforum-wiesbaden@web.de

Homepage: www.naturheilforum-wiesbaden.org



wvb.de

**Zusammenhalten ist immer noch
die beste Zukunftsstrategie.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Gerade in der heutigen Zeit braucht die Welt wieder mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die trotz Herausforderungen den Mut finden, die Zukunft in die Hand zu nehmen: Ideenhäber und Anpacker, Familien und Planeschmiedler, Mitbestimmer, Unternehmer und Alltagshelden. Gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen: Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.

**Wiesbadener
Volksbank** 



Gymnastik

Kurs 01 - Rückengymnastik für Damen und Herren

Kursleitung	Anne Schindler	
Kurstage	Montag	
Kurszeit	10:30 bis 11:30 Uhr	
Kursort	Martin-Hörner-Zentrum in Wiesbaden-Biebrich, Galatea-Anlage	
Bushaltestelle Linien	Robert-Krekel-Anlage 4, 14, 38, 39	
Kursabschnitt	1 - 2022	2- 2022
Kursbeginn und Ende	03.01 bis 28.03.2022	04.04. bis 27.06.2022
Kurstermine	Jan. 03., 10., 17., 24., 31. Febr. 07., 14., 21. März 07., 14., 21., 28. Anzahl: 12	April 04., 11. Mai 02., 09., 16., 23., 30. Juni 13., 20., 27. Anzahl: 10
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	30,00 €	25,00 €
- Partnerpaar	51,00 €	42,00 €
- für Gäste	51,00 €	42,00 €
Auskunft und Anmeldung	Anne Schindler ☎ 06123 – 7 05 68 07	



Gymnastik

Kurs 02 - Rückengymnastik für Damen und Herren

Kursleitung	Erika Nouraie	
Kurstage	Dienstag	
Kurszeit	a) 09:00 bis 10:00 Uhr b) 10:00 bis 11:00 Uhr c) 11:00 bis 12:00 Uhr	
Kursort	Ev. Thomaskirchengemeinde, Richard-Wagner-Straße 88	
Bushaltestelle Linie	Humperdinckstr. / Eigenheim 8 A	
Kursabschnitt	1 - 2022	2 - 2022
Kursbeginn und Ende	04.01. bis 29.03.2022	05.04. bis 28.06.2022
Kurstermine	Jan. 04., 11., 18., 25. Febr. 01., 08., 15., 22. März 01., 08., 15., 22., 29. Anzahl: 13	April 05., 12., 26. Mai 03., 10., 17., 31. Juni 07., 14., 21., 28. Anzahl: 11
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	43,00 €	37,00 €
- Partnerpaar	73,00 €	62,00 €
- für Gäste	73,00 €	62,00 €
Auskunft und Anmeldung	Erika Nouraie ☎ 0611 - 37 64 60	

Gymnastik



Kurs 03 - Morgengymnastik nur für Damen

Kursleitung	Wian Talabani	
Kurstage	Mittwoch	
Kurszeit	10:30 bis 11:30 Uhr	
Kursort	Matthäus-Kirchengemeinde, Daimlerstraße 15	
Bushaltestelle Linien	Carl-von-Linde-Straße 4, 14, 17, 23, 24, 27	
Kursabschnitt	1 - 2022	2 - 2022
Kursbeginn und Ende	19.01. bis 23.03.2022	20.04. bis 29.06.2022
Kurstermine	Jan. 19., 26. Febr. 02., 09., 16., 23. März 02., 09., 16., 23. Anzahl: 10	April 20., 27. Mai 04., 11., 18., 25. Juni 01., 08., 15., 22., 29. Anzahl: 11
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	33,00 €	37,00 €
- Partnerpaar	56,00 €	62,00 €
- für Gäste	56,00 €	62,00 €
Auskunft und Anmeldung	Wian Talabani ☎ 0176 – 24 46 40 25	



Gymnastik

Kurs 04 – Ganzkörper-Gymnastik für Damen und Herren

Kursleitung	Wian Talabani	
Kurstage	Donnerstag	
Kurszeit	10:00 bis 11:00 Uhr	
Kursort	Haus der Heimat, Friedrichstraße 35 Keller II	
Bushaltestelle Linien	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...	
Kursabschnitt	1 - 2022	2 - 2022
Kursbeginn und Ende	20.01. bis 24.03.2022	21.04. bis 30.06.2022
Kurstermine	Jan. 20., 27. Febr. 03., 10., 17., 24. März 03., 10., 17., 24. Anzahl: 10	April 21., 28. Mai 05., 12., 19. Juni 02., 09., 23., 30. Anzahl: 9
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	25,00 €	23,00 €
- Partnerpaar	42,00 €	38,00 €
- für Gäste	42,00 €	38,00 €
Auskunft und Anmeldung	Wian Talabani ☎ 0176 – 24 46 40 25	

Gymnastik



Kurs 05 – Rückengymnastik für Damen und Herrr

Kursleitung	Wian Talabani	
Kurstage	Freitag	
Kurszeit	09:30 bis 10:30 Uhr	
Kursort	Martin-Hörner-Zentrum in Wiesbaden-Biebrich, Galatea-Anlage	
Bushaltestelle Linien	Robert-Krekel-Anlage 4, 14, 38, 39	
Kursabschnitt	1 - 2022	2 - 2022
Kursbeginn und Ende	21.01. bis 25.03.2021	22.04. bis 24.06.2021
Kurstermine	Jan. 21., 28 Febr. 04., 11., 18., 25. März 04., 11., 18., 25. Anzahl: 10	April 22., 29. Mai 06., 13, 20. Juni 03., 10., 17., 24. Anzahl: 9
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	25,00 €	23,00 €
- Partnerpaar	42,00 €	38,00 €
- für Gäste	42,00 €	38,00 €
Auskunft und Anmeldung	Wian Talabani ☎ 0176 – 24 46 40 25	

Yoga

Yoga wirkt direkt auf den Körper, macht ihn beweglicher, geschmeidiger und hilft ein gesundes Körpergefühl zu entwickeln. Körperübungen (Asanas) in Verbindung mit der Atmung (Pranayama): Dehnung, Kräftigung, Konzentration, Entspannung und Meditation. Die körperliche und geistige Wirkung des Yoga stabilisiert den Menschen, erhöht das allgemeine Wohlbefinden, lässt uns gelassener und ruhiger werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Matte, evtl. Kissen.



Kursleitung	Elke Kahlmann	
Kurstage	Dienstag	
Kurszeit	18:15 bis 19:15 Uhr	
Kursort	Saal der Versöhnungsgemeinde Kirchbachstr. 44	
Bushaltestelle Linien	Bierstadt-Wartestraße 17, 21, 22, 23, 24, 37	
Kursabschnitt	1 - 2022	2 - 2022
Kursbeginn und Ende	04.01. bis 15.03.2022	05.04. bis 28.06.2022
Kurstermine	Jan. 04., 11., 18., 25. Febr. 01., 08., 15., 22. März 08., 15.	April 05., 12., 19., 26. Mai 03., 10., 17., 31. Juni 21., 28.
	Anzahl: 10	Anzahl: 10
Kursgebühr		
- für Mitglieder		
- Einzelmitglied	71,00 €	71,00 €
- Partnerpaar	119,00 €	119,00 €
- für Gäste	119,00 €	119,00 €
Auskunft und Anmeldung	Elke Kahlmann ☎ 0611 – 30 35 15	

Zweigverein für volksverständliche Gesundheitspflege Wiesbaden 1878 ▶

Prießnitz-Verein für naturgemäße Lebens- und Heilweise in Wiesbaden 1878



Prießnitz-Kneipp-Verein e.V. ▶ Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.

Zur Geschichte unseres Vereins

Die Ursprünge des heutigen Kneipp-Vereins Wiesbaden reichen bis in die erste Hälfte des 19. Jahrhunderts zurück. Als Reaktion auf die Akademisierung der ärztlichen Medizin entstanden damals in Deutschland alternativmedizinische Laienbewegungen, bei denen die Selbsthilfe ein wichtiges Gründungsmotiv war. Anhänger der Homöopathie und Freunde der Wasserheilkunde begannen in den 30er Jahren, die ersten Laienvereine zu gründen. Die Wasserheilkunde war u.a. von dem Bauern Vinzenz Prießnitz „wiederentdeckt“ worden: er wandte sie in den 20er und 30er Jahren sehr erfolgreich in seinem Heimatort, dem schlesischen Gräfenberg, an. Durch die eigene Krankheit war Prießnitz auf sein Heilmittel gekommen. Die Anwendung kalten Wassers vermochte ihn zu heilen, nachdem Ärzte vergeblich ihre Kunst an ihm probiert hatten. In den Naturheilvereinen, die sich auf Prießnitz beriefen, wurden bald auch Fragen der richtigen Ernährung und Lebensweise, der sinnvollen Abhärtung des Körpers durch Sport, Bewegung an der frischen Luft und der Verzicht auf Alkohol und Tabak thematisiert.

Auch in der damaligen Weltkurstadt Wiesbaden wurden diese neuen Impulse aufgegriffen und es gründete sich am 02.02.1878 der „Zweigverein für volksverständliche Gesundheitspflege“. Er „bezweckte die Förderung der Selbsttätigkeit auf dem Gebiet der Gesundheitspflege durch Verbreitung von Kenntnissen in der Gesundheitslehre, hauptsächlich durch Belehrung über Licht, Luft und Wasser, Kühlung, Wärme, Ruhe, Bewegung, ferner über Kleidung und Bauten, sowie über die verschiedenen Nahrungsmittel in ihrem Einfluss auf die Erhaltung und Herstellung der Gesundheit“.

Die von dem Verein angebotenen Vorträge über vielfältige Gesundheitsthemen, zu denen immer wieder auch bekannte externe Vortragende gewonnen werden konnten, stießen auf große Resonanz in der Wiesbadener Bevölkerung. Es wird von bis zu 500 Teilnehmern berichtet.

Nachdem 1886 „Die Wasserkur“ von Sebastian Kneipp erschienen war und der Autor sein Verfahren durch Vorträge in ganz Europa verbreitete, gründeten sich in vielen Städten Deutschlands und im Ausland Kneipp-Vereine, am 16.03.1896 auch

in Wiesbaden. Interessant ist, dass der Autor sich ähnlich wie Prießnitz selbst durch die Anwendung von Wasser geheilt und in einem langen Prozess eine umfassende Gesundheitslehre, bestehend aus Wasseranwendungen, Bewegung, Lebensordnung, Ernährung und Heilpflanzen, entwickelt hatte. Ein Schwerpunkt auch dieses Vereins bestand in gut besuchten Vorträgen interessanter Referenten. Selbst die Nachfolger des im Jahre 1897 verstorbenen Namensgebers in Bad Wörishofen reisten wiederholt zu Vorträgen nach Wiesbaden.

Beide Vereine schufen Möglichkeiten der Bewegung an Luft und Sonne. Der Kneipp-Verein Wiesbaden eröffnete im April 1900 eine Kneipp-Wiese zum Barfußlaufen an der Walkmühlstraße, der Verein für volksverständliche Gesundheitspflege 1905 ein Luft- und Sonnenbad auf dem Atzelberg. Vor genau 100 Jahren, im Juli 1921, wurde dieses auf Initiative des Vereins durch das heute noch bestehende „Luft- und Sonnenbad Volkspark“ Unter den Eichen, das heutige „Lufti“, abgelöst. Die Geschäftsführung lag bis 1954 in Händen des Vereins.

Nach 40 Jahren, im Jahre 1936, löste sich der Kneipp-Verein Wiesbaden auf. Der Konkurrenzverein hatte sich kurz zuvor, 1935, umbenannt in „Prießnitz-Verein für naturgemäße Lebens- und Heilweise in Wiesbaden 1878“. Im Jahre 1953 kam es erneut zu einer Umbenennung. Jetzt wurde Kneipp zusätzlich in den Namen aufgenommen: „Prießnitz-Kneipp-Verein e.V.“. Auf weitere Umbenennungen im Laufe der Zeit soll hier nicht weiter eingegangen werden.

Im Jahre 1968 gründete sich in Wiesbaden erneut ein Kneipp-Verein und es kam nach wenigen Jahren zu einer engen Zusammenarbeit mit dem Prießnitz-Kneipp-Verein. Schließlich fusionierten beide Vereine im Jahre 1977 unter dem Namen „Prießnitz-Kneipp-Verein für naturgemäße Lebens- und Heilweise“. Im Jahre 2010, Prießnitz war vermutlich nur noch Wenigen bekannt, ließ man diesen Namen fallen und ging zu dem Vereinsnamen über, der heute von mehr als 600 Vereinen in Deutschland geführt wird: **Kneipp-Verein Wiesbaden**.

H. P. Maiwald
02.08.2021

QiGong

Langsame, fließende Bewegungen mobilisieren die Gelenke und führen zur Kräftigung und Entspannung des gesamten Organismus. Dabei werden Atmung, Konzentration und Bewegung aufeinander abgestimmt.



Kursleitung

Nahid Weißbach

Kurstage

Freitag

Kurszeit

10:00 bis 11:00 Uhr

Kursort

Haus der Heimat, Friedrichstraße 35
Keller II

Bushaltestelle Linien

Kirchgasse
2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27

Kursabschnitt

1 - 2022

2 - 2022

Kursbeginn und Ende

07.01. bis 11.03.2022

08.04. bis 24.06.2022

Kurstermine

Jan. 07., 14., 21., 28.
Febr. 04., 11., 18., 25.
März 04., 11.

April 08., 22., 29.
Mai 06., 13., 20., 27.
Juni 03., 10., 17., 24.

Anzahl: 10

Anzahl: 11

Kursgebühr

- für Mitglieder

- Einzelmitglied

- Partnerpaar

- für Gäste

51,00 €

84,00 €

84,00 €

57,00 €

93,00 €

93,00 €

Mindestteilnehmerzahl:

4

Auskunft und Anmeldung

Nahid Weißbach

☎ **0611 – 24 09 56 35**



Tanzen

Gesellige Tänze für Seniorinnen und Senioren

Kursleitung	Isolde Blödow	
	Kurs 1	Kurs 2
Kurstage	Donnerstag	Freitag
Kurszeit	15:30 bis 17:00 Uhr	14:00 bis 15:30 Uhr
Kursbeginn und -ende	13.01. bis 30.06.2022	14.01. bis 24.06.2022
Kurstermine	Januar 13., 20., 27., Februar 03., 10., 17., 24. März 03., 10., 17., 24., 31. April 14., 21., 28. Mai 05., 12., 19. Juni 02., 09., 23., 30.	Januar 14., 21., 28. Februar 04., 11., 18., 25. März 04., 11., 18., 25. April 01., 08., 29. Mai 06., 13., 27. Juni 03., 10., 17., 24.
Kursort	Haus der Heimat Friedrichstr. 35, Keller II	
Bushaltestelle Linien	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...	
Kursgebühr	Mitglieder 1,00 € je Termin Gäste 2,00 € je Termin	

Auskunft und Anmeldung

Isolde Blödow

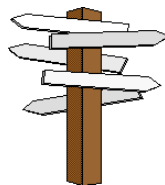
☎ 0173 – 7 11 76 08



Gesang

Singen von Volksliedern und Kanons

Kursleitung	Anne Kessler
Kurstage	Donnerstag
Kurszeit	17:00 bis 18:30 Uhr
Kursbeginn und -ende	06.01. bis 30. 06.2022
Kurstermine	Januar 06., 13., 20., 27., Februar 03., 10., 17., 24. März 03., 10., 17., 24., 31. April 07., 14., 21., 28. Mai 05., 12., 19., Juni 02., 09., 23., 30.
Kursort	Haus der Heimat Friedrichstr. 35, Wappensaal (Hinterhaus)
Bushaltestelle Linien	Kirchgasse 2, 4, 5, 14, 15, 16, 17, 18, 21, 23, 24, 27 ...
Kursgebühr	Mitglieder und Gäste kostenlos
Auskunft und Anmeldung	Anne Kessler ☎ 06131 – 59 36 75



Wandern - Kurzstrecken

Wanderungen mit Gleichgesinnten

gemächliches Wandertempo ca. 2 Stunden;
Schlusseinkehr möglich.

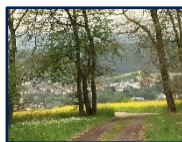
Datum <i>jeweils Dienstag</i>	Startzeit	Treffpunkt Haltestelle, Bussteig	Buslinie	Ziel
04.01. + 11.01.22	10.28	Dern'sches Gelände B	24	Rheinblick
18.01. + 25.01.22	10.25	Wilhelmstraße	1	Nerotal
01.02. + 08.02.22	10.26	Dern'sches Gelände B	5	Schierstein
15.02. + 22.02.22	10.29	Wilhelmstraße	21	Naurod
01.03. + 08.03.22	10.30	Platz der Dt. Einheit B	4	Simeonhaus
15.03. + 22.03.22	10.30	Wilhelmstraße	8	Bahnholz
29.03. + 05.04.22	10.31	Schwalbacher Str./ LuisenForum C	33	Fasanerie
12.04. + 19.04.22	10.29	Wilhelmstraße	21	Erbesenacker
26.04. + 03.05.22	10.24	Hauptbahnhof A	6	Mainz
10.05. + 17.05.22	10.25	Schwalbacher Str./ LuisenForum C	6	Nordfriedhof
24.05. + 31.05.22	10.34	Wilhelmstraße	23	Am Wiesenhang
07.06. + 14.06.22	10.28	Dern'sches Gelände B	24	Frauenstein
21.06. + 28.06.22	10.04	SchwalbacherStr./ LuisenForum C	271	Eiserne Hand

Bitte Abfahrtszeiten anhand der neuesten ESWE-Fahrpläne überprüfen.

Kosten Für Mitglieder kostenlos. Gäste können zur Probe bis dreimal kostenlos mitwandern. Danach wird der Eintritt in unseren Verein erwartet.

Auskunft und Anmeldung **Renate Schmidt** ☎ 0611 – 3 60 97 04
Christa Hof ☎ 0611 – 9 87 31 67

Wanderungen mit Franz Bayer



- Normaler Wanderschritt.
- Wanderzeit etwa 3 bis 4 Stunden, Strecken ca. 10 bis 15 km.
- Bitte einen Imbiss und Getränk einpacken!!
- Auf Wunsch ist eine Schlusseinkehr möglich.

Datum <i>jeweils Mittwoch</i>	Wanderstrecke / Ziel	Zeitpunkt des Treffens	Treffpunkt, Anreise, Verkehrslinie
12.01.22	Wi-Kohleck (Simeonhaus) - Chausseehaus - Wi-Märchenland	10:10	Platz d. Dt. Einheit (B) Linie 4
16.02.22	Breckenheim (Pfungstborn) - Niedernhausen	9:32	Luisenplatz (B) Linie 23
16.03.22	Platte – Fischzucht - Kesselbach – Düreeranlagen	9:56	Platz d. Dt. Einheit (C), Fahrt mit Linie 270 auf die Platte
06.04.22	Oppenheim - Schwabsburg – Nackenheim	9:48	Hbf Wiesbaden, mit S8 nach Mz, um 10:22 Uhr nach Oppenheim
11.05.22	Idstein - Zugmantel – Tausenstein-Wehen <i>Via Mattiacorum</i>	9:56	Platz d. Dt. Einheit (C), Fahrt mit Linie 270 auf die Platte
22.06.22	Wambach - Schlangenbad - Frauenstein	9:26	Platz d. Dt. Einheit (D) mit Linie 275 n. Wambach


Den angegebenen Abfahrtszeiten liegen die z.Z. gültigen Fahrpläne zu Grunde. Diese Zeiten sind bei eventuellen Fahrplanänderungen zu überprüfen.

Kosten	Für Mitglieder kostenlos. Gäste können zur Probe bis dreimal kostenlos mitwandern. Danach wird der Eintritt in unseren Verein erwartet.
Auskunft und Anmeldung	Franz Bayer, ☎ 0611 - 2 11 69 <i>Bitte telefonisch anmelden, spätestens 2 Tage vor Beginn der Wanderung.</i>
Voraussetzung	mindestens 6 Teilnehmer



Wanderungen des Kneipp-Vereins Mainz

Der Kneipp-Verein Mainz führt ebenfalls schöne Wanderungen und Reisen durch:

Art und Zeitpunkt	Ansprechpartner /Ansprechpartnerin	Erreichbarkeit 
Wandergruppe Sonntags	Frau Schupp	0671 2916

Kräuter- und Baumführungen mit Judith Klare

Die Natur bietet eine Fülle von Pflanzen, die zu einer gesunden Ernährung beitragen und insbesondere für Heilzwecke verwendet werden können. Frühere Generationen haben die Wirkstoffe der Pflanzen gekannt und ihre innewohnenden Heilkräfte in der




Volksmedizin eingesetzt. Viel Wissen über die Eigenschaften der Pflanzen und Kräuter ist in unserer Zeit leider in Vergessenheit geraten. Sebastian Kneipp hat aber bereits vor über 150 Jahren die heilsame Wirkung vieler Heilkräuter erkannt und sie bei seinen Anwendungen verwandt. In den angebotenen Kräuterführungen werden Pflanzen und Kräuter, die an Wegen, Wiesen und in der Flur wachsen und die dem Wanderer begegnen, eingehend erläutert. Es werden Themen angesprochen, wie:

- Respektvolle Begegnung mit Pflanzen (auch per Meditation).
- Maßvolles Sammeln und richtiges Lagern und Konservieren gesammelter Pflanzen.
- Wo findet man jahreszeitlich welche Pflanzen und Kräuter?

- Erkennt man Pflanzen nach Aussehen (besondere Merkmale) und auch über die Sinne (Riechen, Schmecken, Fühlen).
- Welche besondere Heilwirkung besitzen Pflanzen und welche sind besonders für die genuss-/ernährungsmäßige Verwertung geeignet (Säfte, Salate, Brotaufstriche etc.).

Bäume haben eine ähnliche heilkundliche und kulinarische Wirkung wie Wild- und Heilkräuter, allerdings leben sie wesentlich länger – und wie wir Menschen. Bei den Kelten und Germanen waren Bäume Lehrer, Heiler und Beschützer. Bäume haben wie Kräuter ihren eigenen Charakter, diesen aufzuspüren, wie sie auf Körper Geist und Seele wirken und was Baumheilkunde ist, ist unter anderem Thema der Baumführungen. Auch wird das Waldbaden angesprochen. Zu Beginn der Baumführung findet zur Einstimmung eine Baum-Meditation statt.

Fragen werden gern beantwortet. Die Dauer der Führungen beträgt etwa 2,5 Stunden.

Datum <i>jeweils Sonntag</i>	Startzeit	Ziel	Treffpunkt, <i>Anreise, Verkehrslinie ▼</i>
13.03.2022	14:00	Rambach, Kitzelberg umliegende Wege und Wiesen Kräuterführung 	Rambach, <i>Endhaltestelle Kitzelberg Linie 16</i>
15.05.2022	14:00	Schiersteiner Hafen umliegende Wege und Wiesen Baumführung 	Schiersteiner Hafen <i>Endhaltestelle Linie 23</i>

Je Wanderung

Kosten

Mitglieder 8,00 €

Gäste 10,00 €

**Auskunft und
Anmeldung**

Frau Judith Klare,

☎ 0151 – 28 76 23 78 oder 0611 – 33 48 19 00

www.wildkrauterspaziergang-mit-judith-wiesbaden.de



Gemeinsamer Stammtisch mit dem Biochemischen Verein Wiesbaden und Umgebung e.V.

Der Stammtisch trifft sich regelmäßig am zweiten Mittwoch eines Monats, ab 15 Uhr (zum gemütlichen Kaffeeklatsch gerne auch etwas früher) im Café der Orangerie-Aukamm, Weinreb 23, 65191 Wiesbaden-

Zu Beginn wird jeweils von einem Referenten in ein bestimmtes medizinisches Thema eingeführt. Anschließend besteht die Möglichkeit, darüber zu diskutieren, Fragen zu stellen und Erfahrungen auszutauschen.

Folgende Termine und Themen sind vorgesehen:

13. April	Blutgruppen Referentin: Ingrid Holthausen <i>Die Kenntnis der eigenen Blutgruppe wäre von Vorteil.</i>
11. Mai	Kräuternahrung Referentin: Renate Krohn, Beraterin für Wellness und Myko-Therapie
8. Juni	Alltag in einer Apotheke unter Corona-Bedingungen Referentin: Helga Drews, Carolus-Apotheke

Auskunft: Almut Kühn, Am Weißen Stein 14, 65529 Bad Waldems

 **0 61 26 - 54 25 2**

Kursleiterinnen und -leiter

Bayer, Franz	Wandern	☎ 0611 - 2 11 69
Blöadow, Isolde	Tanzen	☎ 0173 - 7 11 76 08
Kahlmann, Elke	Yoga	☎ 0611 - 30 35 15
Kessler, Anne	Singen	☎ 06131 - 59 36 75
Klare, Judith	Kräuterwandern	☎ 0151 - 28 76 23 78
Nourai, Erika	Gymnastik	☎ 0611 - 37 64 60
Schindler, Anne	Gymnastik	☎ 06123 - 7 05 68 07
Talabani, Wian	Gymnastik	☎ 0176 - 24 46 40 25
Weißbach, Nahid	QiGong	☎ 0611 - 24 09 56 35

Veranstaltungsorte - alle in Wiesbaden -

Gaststätte „Alt-Wiesbaden“	Kurt-Schumacher-Ring 17
Martin-Hörner-Zentrum	Wi- Biebrich, Galatea-Anlage
Ev. Thomasgemeinde Gemeindezentrum	Richard-Wagner-Str. 88
Matthäus-Kirchengemeinde Gemeindezentrum	Daimlerstr. 15
Haus der Heimat	Friedrichstraße 35
Versöhnungsgemeinde	Kirchbachstr. 44
Café der Orangerie-Aukamm	Weinreb 23

Regeln und Informationen für die Teilnahme an Kursen

- Die angebotenen Veranstaltungen können auch von Nichtmitgliedern besucht werden.
- Die Kursentgelte für Mitglieder sind ermäßigt. Die Ermäßigungen werden auch den Mitgliedern der Kneipp-Vereine Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V. und Mainz gewährt (auf Gegenseitigkeit).
- Das jeweilige Kursentgelt ist am 1. Tag des Kursbeginns fällig.
- Für ausgefallene Kurse und Veranstaltungen wird das gezahlte Kursentgelt erstattet.
- Bei Kurseintritt nach Beginn eines Kurses ist nur die Kursgebühr für die restlichen Kurstermine anteilig zu zahlen, aufgerundet auf volle Euro.
- Der Kneipp-Verein behält sich Programmänderungen (Kurszeiten und Veranstaltungsorte) vor.
- Die Kursteilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung.

Hinweis auf Angebote benachbarter Kneipp-Vereine

Auch die benachbarten Kneipp-Vereine bieten eine Vielzahl interessanter Aktivitäten und Veranstaltungen an. Wir machen ausdrücklich darauf aufmerksam.

- **Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.**
Ausführliche Informationen finden Sie im Internet unter:
<http://www.kneipp-verein-bad-schwalbach.de>
- **Kneipp-Verein Mainz**
Das aktuelle Programm können Sie über folgende Internetadresse einsehen:
<http://www.kneippbund-rheinland-pfalz.de>

Bei diesen Veranstaltungen genießen Mitglieder des Kneipp-Vereins Wiesbaden die gleichen Vorteile wie die dortigen Mitglieder.

Informationen zum Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.

Der Vorstand

Ulrich Winkelmann	1. Vorsitzender	☎ 0611 – 52 76 62
Horst Maiwald	2. Vorsitzender	☎ 0175 – 5 76 02 69
Wilfried Merzbach	Schatzmeister	☎ 0176 – 70 88 49 95
Wolfgang Bronz	Schriftführer	☎ 0611 – 8 76 76

Büro

Bismarckring 3, 65183 Wiesbaden
Erreichbarkeit

☎	0611 – 37 07 05
Fax	0611 – 3 34 91 08
E-Mail	info@kneipp-wiesbaden.de
Montag	10:00 bis 11:30 Uhr
Mittwoch	16:30 bis 18.00 Uhr

Bürozeiten

Internet-Adresse

www.kneipp-wiesbaden.de

Bankverbindung

Wiesbadener Volksbank
Konto 88 187 03 BLZ 510 900 00
IBAN: DE90 5109 0000 0008 8187 03
BIC: WIBADE5W

Mitgliedschaft

Der Kneipp-Verein Wiesbaden ist Mitglied im Dachverband des Kneipp-Bundes. Mitglieder des Vereins erhalten von dort das **Kneipp-Journal** (jährlich 6-mal), außerdem einen Mitgliedsausweis (berechtigt zu Ermäßigungen in den Kneipp-Häusern in Bad Wörishofen und Bad Lauterberg/Harz).

Mitgliedsbeiträge

Einzelmitgliedschaft	40 € /Jahr
Familienmitgliedschaft	50 € /Jahr

Bei Vereinsbeitritt nach Juni eines Jahres wird nur der halbe Mitgliedsbeitrag erhoben. Die Mitgliedsbeiträge sind bis zum 31.01. eines Jahres fällig. Sie werden i.d.R. per Banklastschrift erhoben.

Gläubiger-ID des Vereins für SEPA-Lastschriften: DE80KVW0000721470

Kündigung

Die Kündigung der Mitgliedschaft ist laut Vereinssatzung nur zum Ende eines Kalenderjahres möglich. Die Kündigungsfrist beträgt 3 Monate. Für ein laufendes Jahr ist eine Kündigung folglich nur bis zum 30.09. möglich. Kündigungen können schriftlich oder auch per E-Mail erfolgen.

Aufnahmeantrag

Mitglieds-Nummer/
Madratsreferenz-Nr.

Hiermit beantrage ich/wir die Mitgliedschaft im



Verein
Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.
Bismarckring 3 · 65183 Wiesbaden
0611 – 370705

Gläubiger-ID

DE80KVW00000721470

Monat

Jahr

Geworben durch

ab 01.

Konditionen:

- *Mitgliedsbeitrag jährlich für Einzelpersonen* 40,00 €,
- *Mitgliedsbeitrag jährlich für Familien und Institutionen/Firmen* 50,00 €,
- *Mindestmitgliedschaft 1 Jahr*

Name	Vorname	Geburtsdatum	
bei Familienmitgliedschaft: Ehegatte und Kinder (weitere Kinder bitte unten eintragen): Familienmitglieder können auch Elternteile, Geschwister oder Kinder in Wohngemeinschaften sein.			
Name	Vorname	Geburtsdatum	
Name	Vorname	Geburtsdatum	
Anschrift, Erreichbarkeit			
PLZ, Ort	Straße, Hausnummer	Telefon-Nr.	E-Mail-Adresse / Fax-Nr.

Der Bezug der Zeitschrift „Kneipp-Journal“ vom Kneipp-Bund ist in der Mitgliedschaft enthalten.

Kündigung ist drei Monate zum Jahresende möglich.

Mit dem Aufnahmeantrag erkenne ich die Satzung des Kneipp-Vereins in der jeweils gültigen Fassung an.

Ich/Wir bin/sind damit einverstanden, dass die oben von mir eingetragenen personenbezogenen Daten unter Beachtung der Datenschutzgesetze gespeichert und verarbeitet werden. Die Nutzung erfolgt ausschließlich für satzungsgemäße Zwecke des Kneipp-Vereins und des Kneipp-Bundes e.V. mit seinen Untergliederungen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte z.B. für Werbezwecke findet nicht statt.

Diese Einwilligung kann/können ich/wir jederzeit ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft durch eine Anzeige an den Kneipp-Verein und den Kneipp-Bund e.V. widerrufen (es genügt jeweils eine E-Mail).

Die Informationen des Kneipp-Vereins Wiesbaden e.V. zum Umgang mit den Daten gemäß Art.13 DS-GVO werden der Bestätigung der Aufnahme in den Verein beigelegt.

Einzugsermächtigung / SEPA-Lastschrift-Mandat

Ich ermächtige den Kneipp-Verein Wiesbaden, die Jahresmitgliedsbeiträge mittels Lastschrift von meinem nachfolgenden Konto einzuziehen. Ich bin damit einverstanden, dass mein Kreditinstitut die von dem Verein gezogenen Lastschriften einlöst.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Bankverbindung / neue Bankverbindung

Konto-Nummer	Bankleitzahl	Bankbezeichnung
IBAN (International Bank Account Number)		BIC (Bank Identifier Code)
DE	_____	

Datum	Unterschrift/Unterschriften	Bearbeitungsvermerke IT-Erfassung (Dat, Hz)	Meldung an Kneipp-Bund (bei Anschriftenänderung)

Wasserheilkunde

*Soll eine Pflanze richtig sprießen,
Dann muss man sie bekanntlich gießen.
Dies brachte Kneipp schon zu dem Schluss:
Die wahre Heilkraft liegt im Guss.
Ihn preist die Welt - und nur der Pudel
Nennt unser Lob bloß ein Gehudel,
Weil ihn schon immer sehr verdrossen
Laut Volksmund, wenn man ihn begossen.
Doch nie hält auf das arme Vieh
Den Sieg der Hydrotherapie.*

Eugen Roth

Impressum	
Herausgeber	Kneipp-Verein Wiesbaden e.V.
Vereinsregister	VR 1126
Verantwortlich für den Inhalt	Ulrich Winkelmann, Horst Maiwald
Layout, Fotos und Erstellung	Kneipp-Bund (Cover), Horst Maiwald
Druck	Reintjes Printmedien GmbH, Kleve
	Das Programm erscheint halbjährlich.



Kneipp-Wassertretanlage Aukammtal



Wegbeschreibung

Wiesbaden, Aukammallee, gegenüber Einmündung Hedwigstrasse
oder vom Thermalbad 50 m in südlicher Richtung durch den Park.
Buslinie 18 bis Thermalbad.



Bild: Stadtarchiv Wiesbaden (Schwartz)

Das Luft- und Sonnenbad, genannt „Lufti“, Unter den Eichen, Wiesbaden.
Gegründet vom Kneipp-Verein Wiesbaden. Eröffnet am 3. Juni 1921.

Das Foto ist aus dem Jahr seiner Eröffnung.

Motiv im Wiesbaden-Kalender 2022- Stadt. Geschichte. Leben.

In Wiesbadens Buchhandlungen erhältlich / [.mein-liebingskalender.de](http://mein-liebingskalender.de).