

WASSER

Das Wasser veranlasst durch thermische, chemische, mechanische oder hydroelektrische Reize den Organismus zu sinnvollen Reaktionen, die insgesamt zu positiven Regulationen aller Körperfunktionen führen.

BEWEGUNG

Bewegung fördert nicht nur die Fitness, sondern auch die Gelassenheit, und hebt die Stimmung. Ein abgehärteter Körper besitzt den größeren Schutz vor den Krankheiten der Seele.

ERNÄHRUNG

Eine bedarfsgerechte, vollwertige, schmackhafte, möglichst naturbelassene Ernährung ist wichtige Voraussetzung für das Wohlbefinden. Sie trägt zum Gesundbleiben wie zum Gesundwerden bei, indem sie die körpereigenen Schutzsysteme fördert.

HEILPFLANZEN

Viele Kneipp-Begeisterte lernen die Hausmittel schätzen, die Sebastian Kneipp empfohlen hat, und ersticken aufkommende Krankheiten sozusagen „im Keime“ mit Hilfe der „Apotheke Natur“.

BALANCE

Die Ordnungstherapie nach Sebastian Kneipp befasst sich mit den Themen Lebensordnung, Gesundheitserziehung und Psychohygiene. Sie vermittelt die für ein gesundes Leben erforderlichen Zusammenhänge zwischen Körper, Geist und Seele.

Für Sie. Vor Ort!



Apothekerin Karin Lückenbach e.K. • Kölner Str. 7 • Bad Münstereifel
Tel: 02253/8480 • Fax: 02253/6594 • www.apo-bam.de

Praxis der Physiotherapie
Christian Grömping
Otterbach 40
53902 Bad Münstereifel



02253 / 4672

eifelbad

Das Familien-Spaßbad!

Im Goldenen Tal, Dr.-Grewe-Straße 16
53902 Bad Münstereifel
T 02253/542450



Printenhaus Café Portz
Wertherstr. 11
53902 Bad Münstereifel
02253 - 8429

OPTIK & HÖRAKUSTIK SCHLIERF

BY TAPELLA

BAD MÜNSTEREIFEL

www.hoeren-sehen.com



Kölner Straße 13
53902 Bad Münstereifel
T 02253 543877
www.derfahrradhaendler.de



PROGRAMM

2. Halbjahr

2024

Verein
Kneipp
aktiv & gesund
Bad Münstereifel e. V.

info@kneippverein-bad-muenstereifel.de

www.kneippverein-bad-muenstereifel.de

Kurse

AQUAFITNESS

Montags 10.00 – 11.00 Uhr

24.06. – 02.09.2024

09.09. – 11.11.2024

Jeweils 10 Kurseinheiten im

Kurhaus Hotel Uhlenberg

AROHA© Ganzkörpertraining

Dienstags 20.00 - 21.00 Uhr

16.07. – 17.09.2024

08.10. – 10.12.2024

Jeweils 10 Kurseinheiten im Theater1

PILATES für den Rücken

Mittwochs von 17.00 – 18.00 Uhr

17.07. – 18.09.2024

16.10. – 18.12.2024

Jeweils 10 Kurseinheiten im Theater1

PILATES für den Rücken

Mittwochs von 18.00 – 19.00 Uhr

17.07. – 18.09.2024

16.10. – 18.12.2024

Jeweils 10 Kurseinheiten im Theater1

Kurse

YOGA 90 min.

Mittwochs von 19.00 - 20.30 Uhr

03.07. – 24.07. und 28.08 – 02.10. 2024

09.10. und 23.10 - 18.12.2024

Jeweils 10 Kurseinheiten im Theater1

TAI CHI QIGONG

Lebensenergie trainieren

Donnerstags von 18.30 – 19.30 Uhr

18.07. – 19.09.2024

17.10 – 19.12.2024

Jeweils 10 Kurseinheiten im Theater 1

TanzGymnastik

Donnerstags von 19.30 – 20.30 Uhr

10.10. – 12.12.2024

10 Kurseinheiten im Theater 1



Veranstaltungen

STRICKEN & SCHNACKEN

Jeden 1. Montag im Monat

von 15.00 – 17.00 Uhr

Gemeinsames Handarbeiten

BOULEGRUPPE

Mittwochs von 16.00 – 18.00 Uhr

Auf dem Bouleplatz am Wallgraben

BARFUßGEHEN

die natürlichste Sache der Welt!

Samstag, 13.07.2024 von 10.00 – 12.00 Uhr

Sonntag, 25.08.2024 von 10.00 – 12.00 Uhr

Samstag, 28.09.2024 14.00 – 16.00 Uhr

Ein Tag aus der Sicht unserer Füße

EIN KRÄUTLEIN WIRST DU IMMER FINDEN

4. Kräutertag mit Christiane & Christiane

Kräuterwanderung und Kochevent

Am Samstag, 21.09.2024 von 11 – 15.30 Uhr

Treffpunkt im Theater1

Gesundheitsförderung

KLEINE KNEIPPWANDERUNG

11.00 Uhr ab Schleidpark

Jeden 3. Samstag im Monat

KNEIPP FÜR KINDER

Sonntag, 04.08.2024 von 10.00 – 12.00 Uhr

Sonntag, 15.09.2024 von 14.00 – 16.00 Uhr

Praxisorientierter 2-stündiger Workshop

für Kinder zwischen 3 und 10 mit den Eltern

Die Familien lernen spielerisch und informativ

die 5 Elemente nach S. Kneipp kennen.

KÄLTEANWENDUNG mit dem Alpha Cooling Professional (ACP)

Die Kälteanwendung ist ein bewährtes Mittel bei Verletzungen des Bewegungsapparates, gegen Schmerzen.

Anwendungen dienstags

Termine sind über unsere Homepage buchbar



Ausführliche Beschreibungen der Angebote finden Sie auf unserer Webseite: www.kneippverein-bad-muenstereifel.de

ANMELDUNGEN und AUSKUNFT: info@kneippverein-bad-muenstereifel.de, Telefon und WhatsApp: 0175 6665430