

# Gesundheitszentrum

Am Kneippgarten 10

85354 Freising

 08161-4943830

E-Mail: [info@kneippgarten.com](mailto:info@kneippgarten.com)

Internet: [www.Kneippgarten.com](http://www.Kneippgarten.com)

## Öffnungszeiten:

### Sauna:

Oktober bis April

Di.–Sa. 14:00–22:00

Mai bis Oktober

Di.–Sa. 15:00–22:00

Donnerstag Damensauna

Sonntag und Montag geschlossen

### Therapie:

-Alle Kassen-

Di.–Sa. 9:00–22:00 nach Terminvereinbarung

## Kneipp-Verein Freising e.V.

Am Kneippgarten 10

85354 Freising

 08161-4943827

E-Mail: [kneippverein-fs@t-online.de](mailto:kneippverein-fs@t-online.de)

Internet: [www.kneippverein-freising.de](http://www.kneippverein-freising.de)

# Was tut sich beim Kneipp-Verein

## Programmorschau für das 1. Vierteljahr

# 2020

### Liebe Kneippfreunde,

die Vorstandschaft wünscht Allen ein gutes, gesundes und erfolgreiches Neues Jahr und stolperfreies gehen auf allen Wegen.

Wir wollen Ihnen in dieser Programmorschau Anregungen bieten und Sie zum Mitmachen animieren. Bitte merken Sie sich die Veranstaltungstermine rechtzeitig vor und nehmen Sie recht zahlreich daran teil. Zu den Veranstaltungen und Unternehmungen sind alle Kneipp-Mitglieder und die, die es werden wollen, (Gäste) immer herzlich eingeladen. Wir sind bestrebt, allen Menschen eine gesunde Lebensführung nach der Lehre von Sebastian Kneipp vorzuleben und zu vermitteln.

**Zunächst Wissenswertes:** Wie jedes Jahr, wird Ihr Jahres - Mitgliedsbeitrag in der 2. Februarwoche 2020 von Ihrem Konto per SEPA-Verfahren abgerufen. Diejenigen Mitglieder, die keine Einzugsermächtigung erteilt haben, sollten zur gleichen Zeit den Mitgliedsbeitrag auf das Konto der Sparkasse Freising **IBAN:** DE07 7005 1003 0000 0270 86 überweisen.

**Als Gedächtnisstütze:** Der Beitrag für Familien und Partnerschaften beträgt 50,00 € und für Einzelmitglieder 35,00 €. Spenden werden auf dem gleichen Konto gerne angenommen! *Eine Spendenquittung wird nach Aufforderung zugesandt!*

## Regelmäßige Termine:

Jeden **Montag** treffen sich die **Wanderfreunde** - bei nahezu jeder Witterung - **um 9:00 Uhr** am Kriegerdenkmal in der Oberen Hauptstraße zu einer gemütlichen Wanderung durch und um Freising. Bei Fragen Ludwig Holzer ☎ 08161-85070 anrufen.

Jeden **Freitag**, um **15:00 Uhr**, (im Winterhalbjahr) starten wir vom Biergarten-Parkplatz Plantage zu einer ca. 1-stündigen **Nordic-Walking - Tour**. Bei Fragen Otto Gmeiner ☎ 08161-13573 anrufen.

Immer am **3. Donnerstag** im Monat ist ab **13:30 Uhr Vereinsnachmittag**, mit Siglinde Herrmann und Elisabeth Mühlbauer, im Anwesen Am Kneippgarten 10. Fragen beantwortet Siglinde Herrmann ☎ 08161-7362.

## Ausflüge und S-Bahnwanderungen mit Ilse Obermair:

Am **Mittwoch den 15. Januar** treffen wir uns um 08:45 h im Freisinger Bahnhof zur Fahrt mit **Bayern Ticket** nach Regensburg. Besucht wird das Museum für Bayerische Geschichte. Das 2019 eröffnete Haus bietet außerdem sehr interessante sehenswerte Objekte zusätzlich. Zur Einkehr haben wir wieder ein gutes Gasthaus, in dem sicher Jeder sein besonderes Schmankerl findet, ausgesucht. Um 16:45 h fahren wir zurück nach Freising. Die **Anmeldung** bei Ilse Obermair ist unbedingt **erforderlich**. ☎ 08161-7506

**Aschermittwoch, den 26. Februar** wollen wir uns traditionsgemäß zum Fischessen treffen. Das **Restaurant „Viva Vita“** Gartenstr. 57 Freising hat uns ein ganz besonderes Angebot gemacht: Salatbüfett, Fisch (oder eine sonstige Fastenspeise) und ein Dessert zu einem Preis unter 10:00 € Wir treffen uns **um 10:45 am Kriegerdenkmal** und wandern auf Umwegen mit Überraschungen zum Restaurant. **Bitte anmelden** (auch Personen, die nur am Essen teilnehmen wollen) ☎ 08161-7506 bei Ilse Obermair

Dienstag den **10. März um 08:45** treffen wir uns im Freisinger Bahnhof zur Fahrt mit der S-Bahn nach Icking. Von Icking aus wandern wir über Felder, Wiesen, und einzelne Gehöfte, bis uns ein gewundener Forstweg bergab die Talsohle erreichen lässt. Ab hier führt uns nun der Weg an einem Waldrand entlang zum **Kloster Schäftlarn** mit seiner sehenswerten Klosterkirche. In der Klosterwirtschaft ist die Einkehr geplant. Nach der Kaffeepause fahren wir nach Hause. Wegstrecke 5 Km die Strecke ist leicht bis mittel. Bitte denken sie bei den Wanderungen immer an das passende Schuhwerk.

*Auch für das Jahr 2020 planen wir wieder viele schöne Wanderungen und sonstige Events. Danke, dass sie mit Freude und Begeisterung unsere Angebote wahrnehmen. Achten Sie dabei immer auf angemessene Bekleidung. Bitte vergewissern sie sich am Abend zuvor ob die geplante Fahrt witterungsbedingt stattfinden kann.*  
Ihre Ilse Obermair ☎ 08161-7506.

*Die Teilnahme an allen unserer Veranstaltungen erfolgt auf eigene Verantwortung!  
Fahrkosten und Eintrittsgelder etc. werden unter den Teilnehmer aufgeteilt.*

## Vorschau:

Von April bis Oktober treffen wir uns wieder jeden ersten Donnerstag im Monat um **16:00 Uhr** auf der Roseninsel zum Wassertreten in der Schleifer-Moosach.

Kurzfristig werden Vorträge, Exkursionen, Fahrten und Kurse veranstaltet. Sobald Referenten und Ziele feststehen, erfolgt die Information in den Tageszeitungen.