

Bitte vormerken: Jahreshauptversammlung 2019 am Mittwoch, 8. Mai 2019 im Hansa-Haus

Wir laden alle Mitglieder des Kneipp-Verein München e.V. zur Teilnahme an unserer Jahreshauptversammlung 2019 ein: Sie findet statt im Hansa-Haus, Briener Straße 39, Rückgebäude. **Beginn:** 17:00 Uhr, **Einlass:** ab 16:30 Uhr.

Tagesordnung

- | | |
|--|---|
| 1. Eröffnung und Begrüßung durch den Vorstand | 8. Haushaltsplan 2019 |
| 2. Wahl des Versammlungsleiters | 9. Genehmigung des Haushaltsplans 2019 |
| 3. Feststellung der satzungsgemäßen Einberufung und Beschlussfähigkeit der Versammlung | 10. Entlastung des Vorstands |
| 4. Annahme der Tagesordnung | 11. Anpassung des Mitgliedsbeitrags ab 1. Januar 2020 |
| 5. Tätigkeitsbericht für das Jahr 2018 | 12. Neuwahl von Vorstand, Beirat, Kassenprüfer |
| 6. Kassenbericht 2018 | 13. Ehrung der langjährigen Mitglieder |
| 7. Bericht der Kassenprüfer | 14. Verschiedenes |
| | 15. Schlusswort des Vorstands |




Anträge zur Tagesordnung richten Sie bitte schriftlich bis **spätestens Mittwoch, 1. Mai 2019** an die Geschäftsstelle.

Bitte beachten Sie: Urlaub der Geschäftsstelle während der Osterferien 2019

Während der Osterferien ist unsere Geschäftsstelle am Mittwoch, 17. April und Mittwoch, 24. April 2019 geschlossen. Danach sind wir zu unseren gewohnten Öffnungszeiten (jeden Mittwoch von 9:00 Uhr bis 15:00 Uhr) gern wieder für Sie da.

Bergbahngruppe Die Bergbahngruppe beginnt im April wieder den „schwebenden Gipfelsturm“ Inge Miller


 Sobald auf den Höhen der Schnee geschmolzen ist und die Temperatur erträglichen Aufenthalt im Freien erlaubt, „erfahren“ wir wieder bequem die Hausberge. Da wir nur fahren, wenn das Wetter entsprechende Aussicht und kurze Spaziergänge ermöglicht, müssen die Termine sehr kurzfristig festgelegt werden. Die als „Bergbahngruppe“ in der Liste eingetragenen Interessenten werden wieder per E-Mail informiert oder rufen die Informationen telefonisch ab.

Montag, 1. April Eröffnung der Radsaison: Vom Englischen Garten zum Speichersee Horst Prager

Die Radsaison beginnt mit einer Frühlingsfahrt durch den Englischen Garten zum Aumeister und nach Oberföhring, am Speichersee entlang zum Birkenhof und über die Erlmühle nach Ismaning zur Einkehr. Danach radeln wir an der Isar zurück nach München. Gesamtstrecke 40 km. **Kosten** für Mitglieder 2,50 €, Gäste 4,00 €. Fahrradtagskarte MVV-Gesamtnetz 2,60 €. **Treff** um 10:00 Uhr an der U-Bahn-Haltestelle Alte Heide (U6). Horst Prager wartet hier. **Anmeldung** bis Sonntag, 31. März unter Telefon 1506332. Vorgesehener Ersatztermin bei Regen am Montag, 8. April.



Dienstag, 2. April Rundwanderung bei Gauting über die Buchendorfer Hochfläche, kurz, 8 km Inge Miller

 Nach Durchquerung des Würmtals wandern wir auf der freien Hochfläche in Sichtweite von Buchendorf zum Fuchssteg, von dort an der Würm durch den Schlosspark Fußberg und zum Bahnhof. Einkehr je nach Platzverfügbarkeit im Schlosspark oder in Gauting möglich. **Treff** um 9:45 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:52 Uhr mit S6 bis Gauting.

Mittwoch, 3. April Führung durch Schloss Nymphenburg, Anmeldung bis spätestens 28. März Inge Miller


Unsere Privatführung beginnt um 11:00 Uhr. Der Schwerpunkt liegt auf der Schönheitengalerie Ludwig I. mit den 38 Portraits, wir sehen aber auch den „Steinernen Saal“, königliche Räume und das Geburtszimmer unseres Märchenkönigs. Kosten für Führung und Eintritt je nach Teilnehmerzahl 10-12 € zzgl. Wandergebühr. **Anmeldung erforderlich** bis spätestens 28. März 2019 (bei zu geringer Teilnehmerzahl muss die Führung abgesagt werden). Aufgrund von Tram-SEV erfolgt die Bekanntgabe von Treff und Abfahrtszeit bei der Anmeldung unter Telefon 1413388.



Donnerstag, 4. April Wanderung durchs NSG Schwarzhölzl nach Karlsfeld, kurz, 9 km Uschi Ballweg

Vom Karlsfelder See wandern wir durchs NSG Schwarzhölzl, über freies Feld zum Schleißheimer Schlosskanal und an ihm zurück nach Karlsfeld. **Treff** um 9:20 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:30 Uhr mit S2 bis Karlsfeld, weiter mit MVV-Bus.

Samstag, 6. April Wanderung von Garmisch zur Windbeutelalm, mittel, 11 km, 120 HM Traudl Berg


 Vom Bahnhof wandern wir durch den Ort bis zum Fuß des Kramers, nach einem kurzen Anstieg und Abstecher zur Kriegergedächtniskapelle zum Kramerplateauweg, hier eben weiter zur Einkehr in der Windbeutelalm. Danach zurück zum Bahnhof. **Treff** um 8:40 Uhr am Hbf, BOB Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 9:13 Uhr mit RE bis Garmisch.

Samstag, 6. April Wanderung durch die Garching Heide und Eching Lohe, kurz, 10 km Emma Rapp

Blühen schon die Küchenschellen und Adonisröschen? Von den Forschungsinstituten wandern wir zur Garching Heide. Den hohlen Lerchensporn und Buschwindröschen sehen wir noch auf dem Weg nach Eching entlang der Eching Lohe. **Treff** um 9:15 Uhr am Marienplatz, U-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:24 Uhr mit U6 bis Garching-Forschungszentrum.



Dienstag, 9. April Rundwanderung bei Geltendorf und St. Ottilien, kurz, 10 km Sr. Elke

 Von Geltendorf wandern wir durch die Allee zuerst hinüber nach St. Ottilien und dann weiter zum Ulrichsbrunnen. Danach kehren wir nach St. Ottilien zurück. In der Klosteranlage längerer Aufenthalt mit Einkehrmöglichkeit und Zeit zur Besichtigung der weitläufigen Klosteranlage. Rückfahrt ab Geltendorf (MVV-Bereich) oder verkürzte Wanderung und Rückfahrt von St. Ottilien mit einem kostenpflichtigen Zug möglich. **Individuelle Fahrt** um 9:41 Uhr vom Hbf mit BRB (Richtung Füssen) bis Geltendorf. **Treff** in Geltendorf um 10:15 Uhr. Sr. Elke wartet hier.

Mittwoch, 10. April Treff der Kontaktgruppe im Seniorentreff Neuhausen Kontaktgruppe



Das Grundkonzept sind kurze Spaziergänge mit langsamem Tempo und häufigen Pausen, kleine Ausflüge und kulturelle Angebote (auch für Teilnehmer mit Gehstock). Auch andere Mitglieder und Gäste sind willkommen, sofern sie das Konzept akzeptieren. Beim heutigen Treff unterhalten wir uns zwanglos bei Kaffee und Kuchen. **Treff** von 14-16 Uhr im Seniorentreff Neuhausen, Leonrodstraße 14b (Nähe Rotkreuzplatz, erreichbar mit U1, Bus, Tram).

Donnerstag, 11. April Stadtnahe Wanderung zum Nordfriedhof, kurz, 7 bzw. 10 km Katharina Veth

Vom Isarhochufer gehen wir hinunter zum Herzogpark, begleiten den quellenreichen Brunnbach bis zum Isarkanal, überqueren die St. Emmeramsbrücke und wandern anschließend durch den Englischen Garten. Vorzeitige Heimfahrt nach 7 km mit Tram 16 ab St. Emmeram möglich, sonst Einkehr und Heimfahrt am Nordfriedhof. **Treff** und Wanderbeginn um 10:00 Uhr am Max-Weber-Platz, U-Bahn-Gleis (U4/U5), erreichbar auch mit Tram 15/25.



Samstag, 13. April Wanderung von Fürstenfeldbruck nach Eichenau, kurz/mittel, 6+5 km Herbert Bachmeier



Zuerst wandern wir vom Bahnhof zur Klosterkirche Fürstenfeld, dann im Bogen am Amperstausee entlang und ein Stück durch das Stadtgebiet von Fürstenfeldbruck zu den Amperauen im NSG Emmeringer Hölzl, das wir auf mehreren Brücken und Stegen durchqueren. Einkehr im Alten Wirt in Emmering, hier nach 6 km auch Heimfahrmöglichkeit mit MVV-Bus oder Fortsetzung der Wanderung auf dem Höhenweg der Emmeringer Leite bis nach Eichenau. **Treff** um 9:30 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:41 Uhr mit S4 bis Fürstenfeldbruck.

Samstag, 13. April Wanderung von Bad Wörishofen nach Mindelheim, lang, 17 km Emma Rapp

Wir verlassen Bad Wörishofen zuerst leicht ansteigend auf dem Wanderweg nach Dorschhausen. An der Kalten Quelle zweigt unser Weg ab und bringt uns über die Hochfläche nach Mindelau. Über Apfeltrach wandern wir dann zur Mindelburg, hier nach 14 km Einkehrmöglichkeit. Wir besichtigen die Liebfrauenkapelle mit der spätgotischen Mindelheimer Sippe und besuchen auch die Jesuitenkirche. Anschließend gehen wir noch 3 km (u. a. durch die prachtvolle Maximilianstraße) zum Bahnhof Mindelheim. **Treff** um 8:00 Uhr am Hbf, BOB-Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 8:20 Uhr bis Türkheim, hier umsteigen. Rückfahrt ab Mindelheim um 17:31 Uhr.



Sonntag, 14. April Abschlusstreff zum Ende der Langlaufsaison Ursula Nowsky/Helga Mayer/Horst Prager



Traditionsgemäß treffen sich heute die Ski-Langläufer und Wanderfreunde zum Abschluss der Wintersaison und zur Rückschau auf die vergangene Wintersaison. Gleichzeitig planen wir Tagesausflüge für Frühjahr und Sommer, besprechen die Wandertage im Herbst 2019, die Langlauf-/Winterwanderwoche für Februar 2020 und zeigen Fotos unserer Aktivitäten der vergangenen Jahre. Weitere Informationen bei Horst Prager unter Telefon 1506332.

Sonntag, 14. April Sonntagsspaziergang von Geisenbrunn nach Gilching-Argelsried Brigitte Patzelt

Anfangs gehen wir leicht ansteigend hinauf zur Hochebene, dort spazieren wir mit weitem Blick über freie Felder Richtung Holzkirchen (bei Alling) und am Fuß des Steinbergs nach Gilching-Argelsried. Der Spaziergang endet mit der Einkehr in einem Café. **Treff** um 12:55 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 13:05 Uhr mit S8 bis Geisenbrunn.



Montag, 15. April Etappenwanderung in den Osterferien „Rund um den Tegernsee“ Inge Miller



In der Osterwoche wandern wir in 4 Etappen teils am See, teils auf halber Höhe der Hügel am Ost- und Westufer und in den Tälern der Rottach und Weißach. **Termine:** Montag, 15. April, Mittwoch, 17. April, Karfreitag, 19. April und Ostersonntag, 21. April. Mindestbeteiligung ist erforderlich, deshalb bitte **bis spätestens 9. April anmelden** bei Inge Miller unter Telefon 1413388. **Geplante Etappe 1:** **Treff** um 9:05 Uhr am Hbf, BOB-Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 9:24 Uhr mit BOB bis Gmund. **Informationen** zu Streckenverlauf, km-Angaben etc. bei der Anmeldung.

Dienstag, 16. April Wanderung von der Messestadt-Ost nach Trudering, kurz, 7 km Sr. Elke

Ebener Weg durch das Frauenwäldchen nach Salmdorf, von dort zum Badeseesee und weiter nach Trudering. Dort Einkehrmöglichkeit und Heimfahrt. Unterwegs Abbruch der Wanderung möglich. **Individuelle Fahrt** um 9:46 Uhr vom Hbf mit U2 bis Messestadt-Ost. Sr. Elke wartet hier. **Treff** um 10:10 Uhr an der Haltestelle Messestadt-Ost.



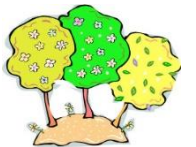
Donnerstag, 18. April Wanderung vom Isartor an der Isar nach Thalkirchen, kurz, 6+2+2 km Inge Miller



Wir wandern zuerst zur Lukaskirche, am Deutschen Museum vorbei zum Planetenweg, immer an der stadtnahen Isar entlang über den Flauchersteg nach Thalkirchen (6 km). Weitere 2 km nach Hinterbrühl und auf Wunsch noch 2 km am Asamschlössl vorbei zur U-Bahn Thalkirchen. **Treff** um 10:00 Uhr am Isartor, Bahnsteig. Inge Miller wartet hier.

Samstag, 20. April Wanderung von Neuperlach-Süd zur Josephsburg, kurz/mittel, 9+2 km Emma Rapp

Zuerst gehen wir zum Rand von Waldperlach und dann am Waldrand entlang weiter nach Norden zur Gartenstadt Trudering. Von hier zieht sich eine parkähnliche Schneise zum Ostpark. Wir durchqueren den Ostpark und erreichen nach 9 km die U-Bahn-Station Michaeliabad. Auf dem Weg zur Josephsburg besuchen wir noch St. Michael, eine der schönsten Rokokokirchen. **Individuelle Fahrt** um 9:47 Uhr vom Hbf mit S7 (oder um 9:44 Uhr mit U5) bis Neuperlach-Süd. **Treff** um 10:15 Uhr in Neuperlach-Süd in der Eingangshalle.



Samstag, 20. April Rundwanderung: Herrsching über „Jubiläumsgrat“ und Hörndlweg, mittel, 15 km Inge Miller



Hügelig, teils schmale Pfade, zwei kurze steilere Anstiege: Von Herrsching hinauf zur Hochebene, über den „Jubiläumsgrat“ nach Andechs. Hier nach 10 km Einkehr, dann über den teils wurzeligen Hörndlweg und viele Stufen zurück nach Herrsching. **Treff** um 9:00 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:05 Uhr mit S8 bis Herrsching.

Dienstag, 23. April Wanderung von Ebenhausen nach Wolfratshausen, 4+7 km Herbert Bachmeier

Wir wandern von Ebenhausen nach Holzen, folgen einem Stück des Gregoriwegs bis Icking (4 km), weiter über Schlederloh nach Dorfen und durch den Rauschergraben hinab nach Wolfratshausen. Einkehrmöglichkeit am Ende der Wanderung. **Treff** um 9:20 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:33 Uhr mit S7 bis Ebenhausen-Schäftlarn.




Mittwoch, 24. April Ausflug auf den Olympiaberg mit Besuch der Kirche von Väterchen Timofej Kontaktgruppe

Wir spazieren zum Olympiasee, besteigen den Schuttberg mit seiner großartigen Aussicht und besuchen die Ost-West-Friedenskirche von Väterchen Timofej. **Individuelle Fahrt** um 10:46 Uhr vom Marienplatz mit U3 (Richtung Moosach) bis Olympiazentrum. **Treff** um 10:58 Uhr am Bahnsteig der Haltestelle Olympiazentrum. Inge Miller wartet hier.



Donnerstag, 25. April Wanderung von Mörlbach nach Starnberg, kurz, 7+2 km Günther Kort


 Von Mörlbach auf sonnigen Wegen mit Alpenblick und durch Wald nach Harkirchen, über Selcha nach Percha (hier Heimfahrt möglich). Kurzer Abstieg zum Starnberger See und weitere 1½ km mit schönem Ausblick am Nordufer nach Starnberg. **Treff** um 9:25 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:33 Uhr mit S7 bis Icking, weiter mit MVV-Bus 974.

Samstag, 27. April Wanderung von Weßling über Hochstadt, mittel, 11 km Günther Kort

Wir wandern auf leicht hügeligen Wegen von Weßling über den Höhenrücken nach Dellling, durch den Wildpark des Altinger Buchet bis kurz vor Hochstadt und kehren über den Klausbühl und Ettenhofen zurück nach Weßling, dort Einkehrmöglichkeit und Heimfahrt. **Treff** um 9:55 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 10:05 mit S8 bis Weßling.



Samstag, 27. April Wanderung durch die Kendlmühlfilze, mittel/lang, 13+4 km Katharina Veth

 Südöstlich des Chiemsees wandern wir auf schmalen Wegen über den Buchberg und weiter in die Kendlmühlfilze, zuerst auf dem Ewigkeitsweg, dann auf unterschiedlichen Wegen nach Rottau zur Einkehr. Dort Rückfahrt mit RVO-Bus möglich oder zu Fuß nach Bernau. Wer die frühere Heimfahrt wünscht: bitte gleich am Morgen am Treffpunkt anmelden. **Treff** um 8:30 Uhr am Hbf, Gleis 11. **Fahrt** um 8:56 Uhr mit Meridian bis Übersee (Richtung Salzburg).

Samstag, 27. April bis 4. Mai: Fastenwanderwoche in Bad Kötzting im Bayerischen Wald Emma Rapp


Beim Fasten nach der Methode Buchinger wandern wir täglich ca. 4-5 Stunden (mit Pausen). **Kosten** im Einzelzimmer ca. 400 €. Information und **Anmeldung** bis 10. April bei Emma Rapp unter Telefon 917621 oder E-Mail an emma.rapp@t-online.de.

Sonntag, 28. April Sonntagsspaziergang: Rundweg von Grafrath nach Kottgeisering Brigitte Patzelt

Wir spazieren am aussichtsreichen Panoramaweg nach Kottgeisering mit Blick übers Ammerseebecken bis zu den Bergen. Am Rückweg über den Vogelaussichtsturm sehen wir nach, wie viele Zugvögel schon angekommen sind (falls vorhanden, Fernglas mitbringen). **Treff** um 12:50 am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 13:01 Uhr mit S4 bis Grafrath.



Dienstag, 30. April Wanderung von Eglharting nach Ebersberg, mittel, 12 km Günther Kort


 Von Eglharting gehen wir zum Ebersberger Forst und wandern am Südrand des Forstes mit einigen steilen An- und Abstiegen hügelig hinüber zum Egglburger See. Von dort wandern wir weiter zum Aussichtsturm auf der Ludwigshöhe und hinunter zum Bahnhof Ebersberg. **Treff** um 10:00 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 10:09 Uhr mit S6 bis Eglharting.

Mittwoch, 1. Mai Gelebtes Brauchtum: Wanderung zum Maibaumaufstellen nach Lenggries Inge Miller

Nach 6 km Wanderung sehen wir zu, wie beim traditionellen Maibaum-Aufstellen mit reiner Muskelkraft das „Stangerl“ seine vorgesehene Position erreicht und kehren ein. Danach Heimfahrt oder Zusatzwanderung über Schloss Hohenburg. Nur bei gutem Wetter, deshalb **Anmeldung bis zum Vorabend** (dabei Info zu Treffpunkt/Uhrzeit) unter Telefon 1413388.



Donnerstag, 2. Mai Wanderung von Geisenbrunn nach Gauting, kurz, 8 km Günther Kort


 Nach dem Start in Geisenbrunn gehen wir zunächst durch ein kurzes Waldstück, überqueren die Bahngleise und die Autobahn, wandern anschließend abwechslungsreich durch längere Waldabschnitte und kleinere Lichtungen bis zum Bahnhof in Gauting. **Treff** um 9:55 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 10:05 Uhr mit S8 bis Geisenbrunn.

Samstag, 4. Mai Wanderung von Langwied nach Harthaus, kurz, 10 km Herbert Bachmeier

Von Langwied wandern wir durch die Langwieder Heide, folgen anschließend dem Aubinger Geschichtspfad bis zur Mooschwaige und durchqueren sie. Danach gehen wir weiter zum S-Bahnhof Harthaus, eine Einkehrmöglichkeit bietet sich am Ende der Wanderung. **Treff** um 9:45 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:58 Uhr mit S3 bis Langwied.



Samstag, 4. Mai Wanderung von Großdingharting nach Icking, mittel, 13 km Inge Miller

 Zuerst über den Golfplatz, dann über Epolding hinab zur Isar und Einkehr in Mühlthal oder beim Bruckenfischer. Hier Abbruch nach Schäftlarn möglich. Fortsetzung der Wanderung leicht ansteigend nach Icking. **Treff** um 9:05 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:13 Uhr mit S7 bis Höllriegelskreuth, weiter mit MVV-Bus 271 bis Großdingharting.

So erreichen Sie unsere Wanderführer/-begleiter (bitte richten Sie Fragen allgemeiner Art direkt an die Geschäftsstelle):

- * Herbert Bachmeier 23920337 * Traudl Berg 0175 1129862 * Sr. Elke 0178 8500081 *
- * Günther Kort 0174 8199302 * Helga Mayer 938941 * Inge Miller 1413388 * Brigitte Patzelt 3114500 *
- * Emma Rapp 917621 * Katharina Veth 7553617, mobil 0172 5895004 *

Wir gratulieren ganz herzlich allen Mitgliedern, die in diesem Monat Geburtstag feiern.

Wichtige Informationen: Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Verantwortung. Für Schäden wird keine Haftung übernommen. Wir bitten um Verständnis, dass Hunde zu den Veranstaltungen nicht mitgenommen werden können. Der Leiter jeder Veranstaltung ist weisungsbefugt, um die Sicherheit der Gruppe zu gewährleisten.

Teilnahme pro Wanderung für Mitglieder 2 €, Gäste 5 €; Sonntagsspaziergänge für Mitglieder 1 €, Gäste 3 €; Bergtouren ab 500 HM für Mitglieder 3 €, Gäste 6 €. Sofern nicht anders angegeben, ist keine Anmeldung erforderlich. Bei Wanderungen im MVV-Gebiet Treff mit gültiger Fahrkarte. Anteiliger Kostenbeitrag pro Teilnehmer für erforderliche Zug-Fahrtkarten, diese besorgt der Wanderführer/-begleiter. Es besteht kein Anspruch der Teilnehmer auf Aushändigung der Fahrkarten. Jeder Teilnehmer, der unterwegs die Gruppe verlässt, muss sich vorher persönlich beim Wanderführer/-begleiter abmelden. Die angegebene Weglänge kann leicht variieren, bei wichtigem Grund ist Änderung des beschriebenen Wegverlaufs möglich.

Sport- und Freizeitangebot April 2019

Tag	Kurs	Uhrzeit	Veranstaltungsort	Leitung
Montag	T'ai Chi Ch'uan 3) (Yang-Stil Kurzform) Fortgeschrittene III Fortgeschrittene II Kursdauer: 15 Termine	09:00 – 10:30 10:40 – 12:10	EineWeltHaus München e.V. Schwanthalerstraße 80 (U4/U5 Theresienwiese Ausgang Schwanthaler-/St.-Paul-Straße)	Laura Bernhard 6374331
	Folkloretanz mitten in der Stadt 5)	16:00 – 17:30	Blumenschule, Sendlinger-Tor-Platz 14 Eingang Wallstraße, Turnhalle 1. Stock	Helga Heinzel 7607548
	Ausgleichsgymnastik 4) Fitnessstraining 4)	18:00 – 19:00 19:00 – 20:00	Sporthalle des Gymnasiums Obermenzing Freseniusstraße 47 (S2 bis Obermenzing)	Gaby Keemss 87139839
Dienstag	Nordic-Walking 4) In den Wintermonaten November bis März findet kein Nordic Walking statt Wir beginnen wieder im April 2019	09:30 – 10:30	Im Luitpoldpark, Treff: Scheidplatz (U2/U3), an der Christophorus-Figur	Horst Prager 1506332
		16:30 – 17:30	An Würm und Durchblick Treff: Pasinger Fabrik S-Bahnhof Pasing, Nordausgang	
	Beweglich sein – beweglich bleiben, sanfte Gymnastik 2) Kursdauer: 12 Termine	11:00 – 12:30	Pasinger Fabrik, August-Exter-Straße 1 (Nähe Pasinger Bahnhof, Nordausgang)	Ude-Brigitte Grabe 2714845
	Yoga – Körperorientierte Übungen, Atmung und Entspannung 1) Kursdauer: 12 Termine	18:00 – 19:00	Gisela-Gymnasium - Raum 113 Arcisstraße (am Elisabethplatz, Schwabing)	Ude-Brigitte Grabe 2714845
Gesundheitsgymnastik 4) mit den Schwerpunkten Koordination, Wirbelsäule, Venen, Beckenboden	18:15 – 19:15 19:15 – 20:15	St. Anna-Volksschule, Turnhalle Parterre St. Anna-Straße 20 (U4/U5, Haltestelle Lehel)	Angela Erhard 3083102	
Mittwoch	Qi Gong 3) für Frühaufsteher für Spätaufsteher Kursdauer: 15 Termine,	08:45 – 10:15 10:30 – 12:00	Caritas-Promenadentreff Ottilienstraße 28 a (ab S-Bahnhof Trudering oder Neuperlach-Süd Bus 192 bis Haltestelle Ottilienstraße)	Laura Bernhard 6374331
	T'ai Chi Ch'uan 3) (Yang-Stil Kurzform) Fortgeschrittene III Kursdauer: 15 Termine	18:30 – 20:00	Caritas-Promenadentreff Ottilienstraße 28 a (ab S-Bahnhof Trudering oder Neuperlach-Süd Bus 192 bis Haltestelle Ottilienstraße)	Laura Bernhard 6374331
	Yoga-Vormittagskurse 1) Kursdauer: 12 Termine	09:15 – 10:15 10:30 – 11:30	Alten- und Service-Zentrum Moosach Gubestraße 5, Gymnastiksaal ASZ	Ude-Brigitte Grabe 2714845
	Yoga-Abendkurs 1) Kursdauer: 12 Termine	17:30 – 18:30	Alten- und Service-Zentrum Moosach Gubestraße 5, Gymnastiksaal ASZ	Ude-Brigitte Grabe 2714845
	„Fitness für jedes Alter“ 4) Förderung der Gelenkbeweglichkeit, Kraftaufbau und Koordination	17:45 – 19:15	Herrnschule, Turnhalle Herrnstraße 21 (Nähe Isartorplatz)	Gabriele Altherr 831727
Donners- tag	Ausgleichsgymnastik 4)	15:45 – 16:45	Grundschule am Schererplatz 3, Turnhalle 1 (Pasing, Nähe Bahnhof)	N.N. Geschäftsstelle 283780

1) **Kursgebühr** für Mitglieder 50 €, Gäste 80 € (Kurs mit 10 Einheiten)

2) **Kursgebühr** für Mitglieder 60 €, Gäste 90 € (Kurs mit 10 Einheiten)

3) **Kursgebühr** für Mitglieder und Gäste 105 € (Kurs mit 15 Einheiten), in Kooperation im Frühjahr-/Sommersemester 2019

4) **Zehnerkarte** für Mitglieder 25 €, Gäste 50 €

5) **Zehnerkarte** für Mitglieder 37,50 €, Gäste 75 €

Impressum: Beilage zum Kneipp-Journal Ausgabe München B 8034 EX. 1. Vorsitzender: Peter Bernhard.

Redaktion: Kneipp-Verein München e.V., Prinz-Ludwig-Str. 6, 80333 München

* Internet: www.kneippverein-muenchen.de * E-Mail: info@kneippverein-muenchen.de *

* Telefon: 089 283780 * Telefax: 089 28674872 *

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle: Mittwochs von 9–15 Uhr. Jahresbeitrag für Einzelpersonen 48,00 €, Familien 60,00 €. Der Bezugspreis für das Kneipp-Journal (10x jährlich) und die monatlichen Vereins-Nachrichten sind im Beitrag enthalten. Konto: Kneipp-Verein München e.V., IBAN: DE82 7015 0000 0023 2461 01, BIC: SSKMDEMM, Stadtparkasse München.