

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

Einladung an alle Mitglieder des Kneipp-Verein München e.V. zur Jahreshauptversammlung 2019. Da auch die Neuwahl von Vorstand, Beirat und Kassenprüfern ansteht, bitten wir um die Meldung von engagierten Mitgliedern, denen die Zukunft des Vereins am Herzen liegt. Durch Bereitschaft, sich wählen zu lassen, tragen Sie zum Fortbestand bei und gestalten aktiv die zukünftige Richtung. Die Hauptversammlung findet statt im Hansa-Haus, Brienner Straße 39, Rückgebäude. **Beginn** um 17:00 Uhr, **Einlass** ab 16:30 Uhr. Weitere Anträge zur vorgeschlagenen Tagesordnung bitte schriftlich bis **spätestens Mittwoch, 1. Mai 2019** an die Geschäftsstelle.



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 |

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



Bei Druck dieser Ausgabe lag auf den Bergen noch Schnee, deshalb muss der Bergbesuch noch warten. Da wir nur fahren, wenn das Wetter entsprechende Aussicht und kurze Spaziergänge bzw. den Gipfelbesuch ermöglicht, können die Termine nur sehr kurzfristig festgelegt werden. Die als „Bergbahngruppe“ in der Liste eingetragenen Interessenten werden wie gewohnt per E-Mail informiert oder können die Informationen zeitnah telefonisch abrufen.

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

Diese Wanderung findet nur bei gutem Wetter statt: Nach 6 km Wanderung sehen wir zu, wie beim traditionellen Maibaum-Aufstellen durch reine Muskelkraft von starken Burschen und Männern das „Stangerl“ seine vorgesehene Position erreicht und kehren ein. Die Dorfgemeinschaft hat bei der Einkehr Vorrang, deshalb bitte mit Wartezeit bei der Einkehr rechnen bzw. Brotzeit mitnehmen. Danach Heimfahrt oder bei Interesse Zusatzwanderung zum Kalvarienberg, Schloss Hohenburg und zum Schlossweiher. **Nur mit Anmeldung bis zum Vorabend** (dabei Info zu Treffpunkt/Uhrzeit) unter Telefon 1413388. Bitte bei der Anmeldung auch angeben, ob Sie nach der Einkehr heimfahren oder die Zusatzrunde wünschen.



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



Ab 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 S-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 Schäflarn 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.

Dienstag, 7. Mai Wanderung durch unbekanntere NSG im Norden Münchens, kurz, 9 km Uschi Ballweg

Nur wenige Minuten vom Bahnhof entfernt liegt die Angerlohe, die wir Richtung Ludwigsfeld durchstreifen. Danach überqueren wir die Gleise des Rangierbahnhofs, gehen durch die Allacher Lohe und im Bogen zurück nach Allach. **Individuelle Fahrt** um 9:50 Uhr vom Hbf mit S2 bis Allach. **Treff** in Allach um 10:04 Uhr. Uschi Ballweg wartet hier.



Mittwoch, 8. Mai Ordentliche Jahreshauptversammlung im Hansa-Haus Vorstand

Die Einladung sowie ausführliche Informationen zur vorgeschlagenen Tagesordnung, zu Ort und Zeitpunkt finden Sie oben.

Donnerstag, 9. Mai Wanderung um den Wörthsee, kurz/mittel, 8+4 km Traudl Berg



Rund um den malerischen Wörthsee wechseln sich Moor, Wald und Badewiesen ab. Wir wandern zum See und umrunden ihn auf überwiegend ebenen Wegen. Einkehr im Paradieswinkel direkt am See. Von hier entweder mit MVV-Bus zur S-Bahn Steinebach oder Fortsetzung der Wanderung um 4 km zum Bahnhof. **Treff** um 9:45 Uhr am Pasinger Bahnhof (DB-Reisezentrum). **Fahrt** um 10:17 Uhr von Pasing mit S8 bis Steinebach.

Samstag, 11. Mai Wanderung zu den Buckelwiesen bei Mittenwald, mittel 12 km/lang, 17 km Emma Rapp

Wir wandern zu den Buckelwiesen mit leuchtend blauen Enzianen und Mehlprimeln, weiter zum Gasthaus Barmsee (hier Einkehr möglich), danach um den Barmsee herum und nach Klais (ohne See-Umrundung 12 km). **Treff** um 7:50 Uhr am Hbf, BOB-Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 8:13 Uhr mit RE bis Mittenwald. Rückfahrt ab Klais um 17:16 Uhr.



Samstag, 11. Mai **Wanderung von Feldafing nach Tutzing, kurz, 9 km** **Inge Miller**



Wir wandern anfangs leicht hügelig durch kleine Moorstücke an der Villa Seewies vorbei, dann auf ebenen Wegen zum Nordende des verlandeten „Langen Weihers“. Je nach Wegzustand durch die Waldschmidschlucht oder auf Wiesenweg und Ortssträßchen hinunter nach Tutzing. Entweder direkt zum Bahnhof oder Abstecher zum See, hier Einkehrmöglichkeit. **Treff** um 9:35 Uhr in Pasing, Gleis 7. **Fahrt** um 9:43 Uhr mit S6 bis Feldafing.

Sonntag, 12. Mai **Statt Blumen: Muttertag ohne Stress - nicht nur für Mütter** **Inge Miller**

Am Muttertag beschenken wir uns selbst mit einer entspannten Wanderung im Alpenvorland. Zur dieser Wanderung ist eine verbindliche Anmeldung bis **spätestens Freitag, 3. Mai** erforderlich. Die Bestätigung durch das vorgesehene Gasthaus steht leider noch aus, deshalb erfahren Sie die Einzelheiten Anfang Mai über AB unter Telefon 1413388.



Dienstag, 14. Mai **Wanderung von Ebenhausen nach Schäftlarn, kurz, 9 km** **Herbert Bachmeier**



Wir wandern von Ebenhausen-Schäftlarn hinunter zur Isar, dort Einkehr beim Bruckenfischer. Wer mag, kann um 13:01 Uhr oder 14:01 Uhr vom Kloster Schäftlarn mit dem MVV-Bus zur S-Bahn Hohenschäftlarn fahren. Nach der Einkehr gehen wir ein Stück am Isardamm entlang und (ein kurzes Stück über Treppen) hinauf nach Hohenschäftlarn. **Treff** um 9:25 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:33 Uhr mit S7 bis Ebenhausen-Schäftlarn.

Mittwoch, 15. Mai **Treff der Kontaktgruppe im Seniorentreff Neuhausen** **Kontaktgruppe**

Kurze Spaziergänge, langsames Tempo, häufige Pausen, kleine Ausflüge, kulturelle Angebote, auch für Teilnehmer mit Gehstock. Jeder ist willkommen, der dieses Konzept akzeptiert. Zwangloser Treff bei Kaffee und Kuchen von 14-16 Uhr im Seniorentreff Neuhausen, Leonrodstraße 14b (Nähe Rotkreuzplatz, erreichbar mit U1, Bus, Tram).



Mittwoch, 15. Mai **Schnuppertermin zum gemeinsamen Kneippen im Westpark** **Augustine Leitner**



Wir kneipen einmal monatlich von 17:00 Uhr bis 17:30 Uhr, dieses Mal im Westpark. Regelmäßiges Kneippen stärkt das Immunsystem. Fachkundige Leitung durch Augustine Leitner, Gesundheitstrainerin der Sebastian-Kneipp-Akademie. **Treff** um 17:00 Uhr an der Kneipp-Anlage im Westpark. **Ersatztermin** bei schlechtem Wetter am Mittwoch, 22. Mai.

Donnerstag, 16. Mai **Wanderung von Weßling nach Steinebach, kurz, 8 km** **Herbert Bachmeier**

Wir wandern zum Waldrand und folgen ihm eine Weile, bis wir nach einem kurzen Waldstück die Wallfahrtskapelle Grünsink erreichen. Über den Golfplatz gehen wir durch die Flur Schluifeld hinüber zum Wörthsee. Dort Einkehr, danach weiter nach Steinebach. **Treff** um 9:55 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 10:05 Uhr mit S8 bis Weßling.



Samstag, 18. Mai **Wanderung zum Mesnerbichl bei Erling, kurz/mittel, 10+5 km** **Emma Rapp**



Heute können wir nur eine Wanderung anbieten, sie ist zweigeteilt und eignet sich auch für Wanderer mit geringerer Kondition. Der genaue Wegverlauf wird kurzfristig festgelegt, wir besuchen unter anderem das NSG am Mesnerbichl und halten dabei Ausschau nach vielen seltenen Blumen. Auf dem Wegstück bei der Erlinger Höhe gibt der Panoramaweg teilweise den Blick frei auf den Ammersee. Unterwegs kann eingekehrt werden. **Treff** um 9:15 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:25 Uhr mit S8 bis Herrsching, dort weiter mit MVV-Bus.

Sonntag, 19. Mai **Sonntagsspaziergang am Weßlinger See zu interessanten Bäumen** **Brigitte Patzelt**

Am Weßlinger See spazieren wir zuerst ein Teilstück des Uferwegs entlang und folgen dann der berühmten Eichenallee zu weiteren interessanten Bäumen: der sehenswerten „Schlangenuche“ und zur Elsbeere, einer besonderen botanischen Rarität. **Treff** um 12:55 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 13:05 Uhr mit S8 bis Weßling.



Montag, 20. Mai **Radtour im Isartal nach Wolfratshausen und über Kloster Schäftlarn zurück** **Horst Prager**



Wir fahren im schönen Isartal flussaufwärts durch die Pupplinger Au und genießen dort die verdiente Einkehr, bevor wir auf der anderen Isarseite über Schäftlarn nach Thalkirchen zurückradeln. Gesamtstrecke 54 km. Abbruch und Heimfahrt in Wolfratshausen mit S7 nach München möglich. **Kosten** für Mitglieder 2,50 €, Gäste 4,00 €. MVV-Fahrradtageskarte Gesamtnetz 3,00 €. **Treff** um 10 Uhr an der U-Bahn-Haltestelle Thalkirchen (U3), Ausgang Tierpark. **Anmeldung** bis Sonntag, 6. Mai unter Telefon 150 63 32. Ersatztermin bei Regen: Montag, 27. Mai.

Dienstag, 21. Mai **Wanderung von Haar über Keferloh nach Trudering, kurz, 8 km** **Sr. Elke**

Eben und überwiegend auf dem Rad-Panoramaweg Isar-Inn wandern wir über Keferloh und Solalinden nach Trudering zur Einkehr. Abbruch unterwegs ist möglich. **Individuelle Fahrt** um 9:49 Uhr vom Hbf mit S6 bis Haar. **Treff** um 10:15 Uhr an der Haltestelle Bus 243. Sr. Elke wartet hier. Weiter um 10:21 Uhr mit MVV-Bus bis Haltestelle F.-Kobell-Straße/Waldfriedhof.

Mittwoch, 22. Mai **Ausflug in die Aubinger Lohe** **Kontaktgruppe**

Wir folgen kurz einem kleinen Bach und spazieren dann durchs Naherholungsgebiet am Rand der aufgelassenen Ziegelei-Tongrube am Rodelhügel vorbei zum Bienenheim. Hier Einkehr und/oder Rückfahrt mit MVV-Bus nach Lochhausen oder Pasing. **Treff** um 10:50 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 10:58 Uhr mit S3 bis Lochhausen.



Donnerstag, 23. Mai **Rundwanderung von Icking über Wolfratshausen, kurz/mittel, 7+6 km** **Katharina Veth**



Hügelige Rundwanderung: Am Isarhochufer wandern wir zuerst nach Dorfen und durchqueren anschließend den Rauschergraben. Danach folgen wir dem Kreuzweg hinunter nach Wolfratshausen. Hier nach 7 km Einkehr- und Heimfahrmöglichkeit. Nach der Einkehr gehen wir anfangs an der Loisach entlang, dann ansteigend über die Lechnerruh zurück nach Icking. **Treff** um 9:25 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:33 Uhr mit S7 bis Icking.

Samstag, 25. Mai **Wanderung am NSG Mallertshofer Holz, leicht 10 km** **Emma Rapp**

Wir wandern zum Garchinger See und NSG Mallertshofer Holz mit seiner Magerrasenflora, dann am Waldrand entlang zum Mallertshofer See und zur Kreuzstraße, überqueren die Straße und gehen durchs Bergholz nach Oberschleißheim. **Treff** um 9:15 Uhr am Marienplatz, U-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 9:24 Uhr mit U6 bis Garching-Hochbrück.




Samstag, 25. Mai **Wanderung zur Schwarzentenn-Alm, mittel/lang, 13+3 km, 300 HM** **Günther Kort**

Von Bad Wiessee wandern wir am Söllbach immer leicht bergauf zur Schwarzentenn-Alm (Einkehr). Dann stetig leicht bergab am Schwarzenbach und seinem Wasserfall entlang zur Bushaltestelle Kreuth-Klamm. **Treff** um 7:45 Uhr am Hbf, BOB-Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 8:04 Uhr mit BOB (Zugteil Tegernsee) bis Gmund, weiter mit Bus 9559.



Sonntag, 26. Mai **Sonntagsspaziergang durch das unbekannte Starnberg** **Brigitte Patzelt**


 Besucher kennen von Starnberg oft nur die Seepromenade. Wir gehen durch einen wenig bekannten Ortsteil, schlagen den Bogen von prunkvoller Vergangenheit zur Gegenwart, spazieren zum Sitz von Herzögen und „moderner Raubritter“, entdecken den verträumten Hofgarten, den „weitsichtigen“ Aussichtsturm und folgen einem munter plätschernden Bach. **Treff** um 13:05 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 13:12 Uhr mit S6 bis Starnberg Seebahnhof.

Dienstag, 28. Mai **Rundwanderung zum Egglburger See, kurz, 10 km** **Sr. Elke**

Auf teils hügeligen Wegen wandern wir auf Ortsstraßen zuerst durch Ebersberg und hinüber zur Ebersberger Weiherkette, anschließend an den Weihern entlang bis zum Egglburger See und wieder zurück nach Ebersberg. Hier Einkehrmöglichkeit und Heimfahrt. Die heutige Wanderung kann unterwegs nicht abgebrochen werden. **Individuelle Fahrt** um 9:09 Uhr vom Hbf mit S6 bis Ebersberg. **Treff** um 9:56 Uhr in Ebersberg. Sr. Elke wartet hier.



Donnerstag, 30. Mai **Christi Himmelfahrt in Dießen beim Töpfermarkt oder Kulturspaziergang** **Inge Miller**


 Von St. Alban gehen wir in Ufernähe 2 km zum Töpfermarkt in Dießen. Hier freier Aufenthalt oder Teilnahme am Rundgang durchs alte Fischerviertel und (bei gutem Wetter) Besuch des Schacky-Parks (leichter Anstieg), bei Schlechtwetter Besuch des Marienmünsters. In Eigenregie Schifffahrt nach Herrsching oder gemeinsame Rückfahrt mit Gruppenkarte bis nach Geltendorf. Die Wanderung eignet sich auch für die Kontaktgruppe. **Anmeldung** wegen Fahrkartenkauf bis **spätestens Dienstag, 28. Mai**, dabei bitte auch angeben, ob Rückfahrt mit der Gruppenkarte gewünscht wird. Die Fahrkarten von und bis Geltendorf (MVV-Gesamttarifgebiet) bitte selbst besorgen. **Treff** für angemeldete Teilnehmer spätestens um 9:30 Uhr am Hbf, BOB-Schalter bei Gleis 30.

Samstag, 1. Juni **Wanderung von Hechendorf über Rausch nach Herrsching, kurz, 9 km** **Inge Miller**

Auf leicht ansteigendem Fußweg erreichen wir den Dorfkern von Hechendorf und verlassen den Ort auf ruhigen Seitenstraßen. Zuerst wandern wir über freies Feld und eben durch Wald nach Westen, dann am Waldrand nach Süden. Vor Rausch verlassen wir den Buchenwald, gehen aussichtsreich hinab zum Ammersee und am Uferweg bis nach Herrsching. **Treff** um 9:55 Uhr am Hbf, S-Bahn-Gleis. **Fahrt** um 10:05 Uhr mit S8 bis Seefeld-Hechendorf.



Sonntag, 2. Juni **Bus-Tagesausflug nach Eichstätt, Anmeldung bis 24. Mai** **Mayer/Prager/Nowsky**

 Anfangs gehen wir gemeinsam mit Helga Mayer und Horst Prager leicht ansteigend über den Schneckenberg auf Wald- und Wiesenwegen mit schönen Ausblicken ins Altmühltal und an der Frauenberg-Kapelle vorbei zur Willibaldsburg. Gehzeit etwa 1½–2 Stunden. Nun entweder eine gemütliche Variante: Mit Ursula Nowsky besuchen wir den Bastionsgarten und fahren mit dem Bus zur Einkehr oder wir wandern mit Helga Mayer in ca. 45 Minuten auf schmalen Serpentineweg ins Tal und wieder ansteigend auf schmalen Pfaden zum Restaurant „Schönblick“. Nach der Einkehr entweder mit dem Bus nach Eichstätt oder Wanderung auf einem Höhenweg mit schönem Ausblicken in ca. 1½ Stunden nach Eichstätt. Dort Gelegenheit zum Besuch des Eichstätter Doms, zum Kaffeetrinken oder zu einem Ortsbummel. Mindestteilnahme 35 Personen. Bitte ab Freitag, 31. Mai unter Telefon 864 39 35 anfragen, ob die Fahrt stattfindet. **Kosten** für Mitglieder 25 €, Gäste 28 €. **Treff** um 7:45 Uhr am ZOB (Zentraler Omnibus-Bahnhof), in der Nähe der S-Bahn-Haltestelle Hackerbrücke. **Abfahrt** um 8:00 Uhr, vorgesehene Rückfahrt gegen 17:00 Uhr, Fahrzeit 2–2½ Stunden. **Anmeldung** bis spätestens Freitag, 24. Mai erforderlich bei Ursula Nowsky unter Telefon 8643935.

Montag, 3. Juni **Radtour durch den Perlacher Forst zum Deininger Weiher und zurück** **Horst Prager**

Heute erwartet uns eine 40 km lange genussvolle Radtour vom Mangfallplatz durch den Perlacher Forst zur Kugleralm, über Großdingharting zum Deininger Weiher. Nach der Einkehr über Straßlach und Grünwald zurück zum Tierpark Hellabrunn. **Kosten** für Mitglieder 2,50 €, Gäste 4,00 €. **Treff** um 10:00 Uhr am Mangfallplatz (Endstation U1). **Anmeldung** bis Sonntag, 2. Juni unter Telefon 150 63 32. Ersatztermin bei Regen: Montag, 10. Juni.



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-Fahrkarten, 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 Mai 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) Kursbeginn: 30. April 2019 Kursdauer: 10 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) Kursbeginn: 30. April 2019 Kursdauer: 10 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) Kursbeginn: 8. Mai 2019 Kursdauer: 10 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) Kursbeginn: 8. Mai 2019 Kursdauer: 10 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: SSKMDEM, Stadtparkasse München.