

Kneipp-Verein Hechingen e.V.

Auch Nichtmitglieder sind bei unseren Angeboten herzlich willkommen.

In den nachfolgenden Angeboten gibt es noch freie Plätze!

Fitness & Faszientraining

Montag von 18:35 – 19:35 Uhr

Rücken aktiv & Rückenschule

Dienstags von 18.15 - 19.15 Uhr

Bewegt und fit in den Tag

Dienstags von 9:00 – 10:00 Uhr

Qi Gong am Vormittag

Ab Dienstag 23.04.2024 von 10:15 – 11:15 Uhr

Qigong mit Tai Chi

Ab Dienstag 23.04.2024 von 19:00 – 20:30 Uhr

Hatha Yoga

Dienstags von 16:30 – 17:45 Uhr

Yoga für dich und deinen Rücken

Mittwochs von 18- 19:15 Uhr oder von 19:30 – 20:45 Uhr

Aquafitness im Flachwasser

Ab Donnerstag 25.04.2024 von 17:45 – 18:30 Uhr oder

Ab Donnerstag 25.04.2024 von 18:45 – 19:30 Uhr

Hallenbad Hechingen, Lehrschwimmbecken

Info und Anmeldung zu den Kursen erhalten Sie unter: info@kneippverein-hechingen.de oder 07471-621160

Unbedingt Vormerken sollten Sie sich unsere Nachfolgenden Termine und Angebote zu den für alle Interessierten offenen Kneipp- Treffs!

Kneippen ist "immaterielles Kulturerbe"

Die ganzheitliche Kneipp-Therapie zielt darauf ab Körper, Geist und Seele des Menschen in Einklang zu bringen.

Erfahren Sie Wissen und Praxis zu Kneippschen Güssen!

Ort: Seit einiger Zeit gibt es vom Kneipp-Verein Hechingen e.V. im Hallen - Freibad Hechingen eine Anwendertafel für Kneippsche Güsse, diese ist an der Schwimmmeisterkabine oberhalb des Guss Schlauches angebracht und hier ist auch unser Treffpunkt.

Ein offenes Angebot findet an nachfolgendem Termin statt.

Donnerstag 25.04.2024 um 17:15 Uhr

Referentin: Ursula Rose, Gesundheitspädagogin SKA

Kneipp-Treff im April

Wandern mit Köpfchen auf der Hutzel- Tour

Termin: Samstag 27.04.2024 9:30 – ca. 13 Uhr

Anmeldeschluss: 24.04.2024

Voraussetzung: bequeme Kleidung, festes Schuhwerk, Getränk ggf. Rucksack-Vesper

Leitung: Karin Reinecke Gedächtnistrainerin BVGT

Kneipp-Treff im Juli

Kräuterworkshop „Calendula- die Ringelblume“

Termin: Samstag 6.07.2024 von 10 – ca.13 Uhr

Die Pflanze die in keinem Heilkräutergarten oder Bauerngarten fehlen sollte!

Wir erfahren die Bedeutung der Heilkraft, die Wirksamkeit für die Haut- und Körper-Pflege sowie die vielen Verwendungsmöglichkeiten für die gesunde Ernährung.

Wir stellen Tinktur u. Tee her u. backen mit Calendula.

Anmeldeschluss: Donnerstag 4.07.2024

Info und Anmeldung: 07471-13651 oder info@kneippverein-hechingen.de

Bei Interesse oder Fragen zu den jeweiligen Angeboten informieren wir Sie gerne telefonisch unter:

07471-621160 oder per E-mail unter: info@kneippverein-hechingen.de.

Unser Jahresprogramm finden Sie unter: www.kneippverein-hechingen.de