



August und September

Auch während der Sommerpause ist es möglich für Vereine, Firmen oder Kleingruppen eine Einführungen in die Kneippschen Säulen "Wasser oder/und Heilkräuter " an der Kneippanlage im Stadtgarten Hechingen zu buchen.

Bei Interesse einfach unter 07471/621160 oder info@kneippverein-hechingen.de einen Termin vereinbaren, wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

In den Nachfolgenden Angeboten sind noch Plätze frei und auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen!

Fitness und Faszientraining

Kursstart ab 16. bzw. 20.09.2019

Montags von 18.40 - 19.40 Uhr oder 19.45 - 20.45 Uhr

Freitags von 8.45 - 9.45 Uhr

Wirbelsäulengymnastik mit Rückenschule

Kursstart ab 17. und 18.09.2019

Dienstags von 18.15 - 19.15 Uhr

Donnerstags von 9.30 - 10.30 Uhr

Pilates mit Beckenbodentraining

Kursstart ab 16. und 17.09.2019

Montags 17.25 - 18.25 Uhr oder

Dienstags 19.30 - 20.30 Uhr

Aquafitness

Kursstart ab 19.09.2019

Donnerstags 17.45 - 18.30 Uhr oder 18.45 - 19.30 Uhr

Progressive Muskelentspannung

Kursbeginn: 7 Abende ab Donnerstag 26.09.2019 19.00 - 20.30 Uhr

Bewusster Umgang bei seelischen und körperlichen Verspannungen.

Leitung: Marianne Wittich, Entspannungspädagogin

Denk mit - bleib fit

Ein Spaziergang mit Köpfchen

Wir gehen und verweilen in der Natur, steigern dabei mit Übungen die Konzentrations- und Merkfähigkeit und trainieren unsere Wahrnehmungen mit allen Sinnen.

Wann: Samstag 19.10.2019 15.30 - 17 Uhr

Ort: wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Leitung: Karin Reinecke Gedächtnistrainerin BVGT

Kneipp-Treff im Oktober

Halbtageswanderung zum historischen Gräbelesberg

Wann: Samstag 19.10.2019, 13 Uhr, Anmeldeschluss Donnerstag 14.11.2019

Treffpunkt wird bei der Anmeldung bekannt gegeben.

Leitung: Gerda und Hermann Pfister

Yoga für den Rücken

Wann: Samstag 26.10.2019 von 14 - 16.30 Uhr

Ort: Bewegungsraum Graf Eitel Friedrich, Hechingen

Leitung: Anita Henle Yogakursleiterin SKA

Kneipp-Treff im November

Seifen-Workshop

Wann: Samstag 16.11.2019 von 14 - ca. 18 Uhr

Anmeldeschluss: 13.11.2019

Mit Kräutern, Blüten und natürlichen feinen Ölen sieden wir formschöne Seifen und Badeperlen, Schön zum selber benutzen oder als besondere Geschenkidee für das Weihnachtsfest.

Dozentin: Jutta Fischer

Gebühr: Vereinsmitglieder 17,50 €/ 23 Euro plus ca. 5 Euro Materialkosten

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

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