

Kneipp-Verein Weißenburg e.V. * Eichstätter Straße 58 * 91781 Weißenburg



Liebe Kneippianer!

Im Kneipp-Bund e.V.
Bundesverband für
Gesundheitsförderung

Weißenburg e.V.
Eichstätter Straße 58
91781 Weißenburg

Tel. 09141 / 81632

Fax 09141 / 81634

Email:

kneippverein@eisenbrand-events.de

Weißenburg, 01.06.2016

Monatsbrief Juni 2016

„Es gibt keine Gesundheit ohne seelische Gesundheit“ (S. Kneipp)

Am Ende dieses Briefes finden Sie unser **Halbjahresprogramm** für die Monate **Juli bis Dezember**. Es würde mich sehr freuen, wenn Sie auch die nächsten Monate unser Angebot rege annehmen. Vielen Dank.

Rückblick auf den Monat April/Mai:

Die Nachmittags-Wanderung Ende April mit Ursel Tomala fand bei herrlichem Wetter statt. Vom Parkplatz in Pleinfeld ging es in das verwunschene Arbachtal. Schon die Kelten wussten diesen idyllischen Ort zu schätzen. Nach der Wanderung entlang des Arbachs, der mit seiner bemoosten Umgebung wie in einem Märchen wirkte, sonnte sich die Gruppe (7 Wanderfreunde) an der Schutzhütte. Natürlich durfte nach diesem Naturerlebnis eine Einkehr (Cafe Riedl in Pleinfeld) nicht fehlen.

Der gut besuchte **Fachvortrag „Bauerngärten – Ideal und Wirklichkeit“** am 10. Mai war aus historischer Sicht höchst interessant. Unsere Referentin, **Renate Bärnthol**, Dipl.-Ing. (FH), Dipl.-Ökol., Studium des Gartenbaus in Freising/Weihenstephan und der Ökologie in Essen, beleuchtete an zahlreichen Beispielen die Geschichte des Bauerngartens. Vormalig haben nur Frauen die Gärten bearbeitet. Die erste Bezeichnung eines kultivierten Gartens fand man im „Hausgarten“ beschrieben. Es gab viele Arten an Gärten, so z. B. den Würzgarten, Baumgarten, Grasgarten, Weingarten, Hopfengarten und auch den Garten am Kirchhof. Aber erst zwei Apotheker (Schnitzlein/Frickinger) erwähnten 1848 erstmals den Bauerngarten, aber eher als wissenschaftlich Tätige. Frau Bärnthol informierte ebenfalls, dass erst die sog. Krongüter Rückschlüsse gaben, was in ländlichen Gärten denn angebaut wurde. Das Kraut bildete große Anzuchtflächen im Bauerngarten (Ortsname: Krautostheim). Oder z. B. der Sadebaum und die Platterbse als Gemüsesorte. Im Bereich der Zierpflanzen fand man den Goldlack, das Gänseblümchen oder die Schwertlilie vor. Nicht nur für Gartenliebhaber ein sehr aufschlussreicher Vortrag.

An der **Halbtages-Wanderung** mit Team Hessel/Schneider/Rührer am 11. Mai starteten 16 Wanderfreudige am Treffpunkt Seeweiler-Parkplatz und fuhren zum vereinbarten Wanderparkplatz oberhalb Pappenheims. Bei besten Wetterbedingungen führte der malerische Wanderweg am Hang entlang, stets mit herrlichem Blick auf die Burg und den Ort. Im Gasthaus Sonne fand die gemütliche

Mittags-Einkehr statt. Gestärkt ging es den steilen Aufstieg entlang des Jüdischen Friedhofes wieder in den wunderschönen Mischwald zurück. Pappenheim verfügt über einen sog. Friedwald. Es war sehr interessant, sich an Schautafeln über diesen ökumenischen Waldfriedhof zu informieren und eine andächtige kurze Rast im Andachtsbereich zu begehnen. Eine gelungene Wanderung mit vielen schönen Eindrücken.



Zur **14. Radltour** am 22. Mai mit Doris Eisenbrand fanden sich 11 Radler bei sommerlichen Temperaturen am Treffpunkt ein. Die Strecke führte über Schmalwiesen nach Störzelbach, wo wir uns die glücklichen Schweinchen des Bauern Stache angesehen haben („Sauwohl-Projekt). Ab Alesheim ging es über den Storchenradweg nach Trommetsheim. Diese Strecke hat seinem Namen große Ehre gemacht. Allorts waren diese fleißigen Vögel anzutreffen. In Markt Berolzheim wurde die Gruppe kulinarisch im Gasthaus Meyer verwöhnt. Mit leichtem Gegenwind ging es über Bubenheim und Graben zurück nach Weißenburg. Besonders erfreut hat es mich, dass wir auch drei Gäste in der Gruppe begrüßen durften. Die nächste Radltour findet am 15. August statt (siehe Halbjahres-Programm).



Das bietet Ihnen der Monat Juni:

- 17.-19.06.16
06.30 Uhr **Jahresausflug** in die Region Speyer.
Abfahrt für alle Teilnehmer am Busbahnhof/Plerrer, Weißenburg
- So., 26.06.2016
09.15 Uhr **Ganztages-Wanderung** mit den befreundeten Kneipp-Vereinen.
Fahrgemeinschaften. Treffpunkt Seeweiher-Parkplatz, Weißenburg
„**Gesundheitswandern**“ ist das Motto vom Kneipp-Verein **Dinkelsbühl**, der
dieses Jahr einlädt.
10.00 Uhr Treffpunkt in Dinkelsbühl
Wanderstrecke: ca. 15 km. Mittagessen im Gasthaus „Waldesruh“ in
Unterwinstetten. Im Vorfeld ist aus der Menükarte auszuwählen.
14.00 Uhr Wir wandern nach dem Mittagessen nach Radwang zu Kaffee und Kuchen im
Gasthaus „Hassold“.
Anschließend geht es zurück nach Dinkelsbühl.
Anmeldung: bitte melden Sie sich bis **10.06.16** in der Einhorn-Apotheke
Weißenburg (Tel. 09141-2307), an und sagen Sie Bescheid, ob Sie mit einem
Fahrzeug kommen, da wir die Einteilung für die Mitfahrgelegenheit schaffen
möchten.
- Di., 28.06.2016
18.00 Uhr **Picknick-Treff am Wassertretplatz „Am Forellenweiher“**
Alle Mitglieder sind zu einem gemeinsamen Treffen eingeladen.
Bitte bringen Sie Ihre gewünschten Getränke und Brotzeit selbst mit.
Wir wollen uns an einem hoffentlich warmen Sommerabend
an diesem schönen Platz austauschen und fleißig Wassertreten.
Termin wird bei Schlechtwetter verschoben.

Wir gratulieren im Monat Juni:

75 Jahre: Waltraud Senftleben, Erika Schwegler und Theo Schwarz
85 Jahre: Helga Strobel
90 Jahre: Betty Hannaske

Ich wünsche Ihnen einen schönen Monat Juni - bleiben Sie gesund und aktiv.

Ihre Doris Eisenbrand

Kneipp-Verein Weißenburg e.V. 1.Vors. Doris Eisenbrand - Eichstätter Str. 58 - 91781 Weißenburg
Tel. 09141 / 81632 - Fax 09141 / 81634 - eMail: kneippverein@eisenbrand-events.de
Sparkasse Mittelfranken Süd IBAN DE44 7645 0000 0000 030589 BIC BYLADEMIRS



ab Mi., 21.09.16
14.30 Uhr

Kaffeenachmittage / Spiele-Nachmittage

Im Rheumaliga-Turm, Am Schrecker, Weißenburg

Mitglieder des Kneipp-Vereins zahlen 2 Euro. Kuchen/Gebäck bitte selbst mitbringen. Für kostengünstige Getränke (Kaffee/Tee etc.) ist gesorgt.

Alle Termine auf einen Blick: 21.09. / 19.10. / 16.11. / 21.12.16.

Seit Do., 19.05.16

Gymnastik-Kurs mit Christine Schwegler

Sommersaison am Wassertretplatz

09.15 Uhr
bis 06.10.16
Dauer:

Unter fachkundiger Anleitung findet **jeweils donnerstags** unser abwechslungsreicher Gymnastik-Kurs statt.

45 Minuten, 18 Kurstage (nicht am 26.05., 25.08., 01. und 08.09.2016)

Kursgebühr: 75 Euro Mitglieder, 85 Euro Nicht-MG, 5 Euro Einzelkarte.

Treffpunkt:

Wassertretplatz „Am Forellenweiher“ Weißenburg

Kontakt:

Doris Eisenbrand Tel. 09141-81632

Mitzubringen:

bequeme Sportkleidung, Handtuch

Ab ca. **Mitte November 2016** beginnt die **Wintersaison** in den Räumlichkeiten von Christine Schwegler in Weißenburg- OT Holzingen.

Walking-Gruppen

09.00 Uhr
19.00 Uhr

montags, donnerstags

dienstags, freitags

Dauer: ca. 1 Stunde. Mitglieder kostenlos / Gäste 1 Euro

Treffpunkt:

Am Stadtpark, Dr.-Dörfler-Straße, Weißenburg

Juli:

Mi., 20.07.2016
13.30 Uhr

Nachmittags-Wanderung

mit Ursel Tomala

Treffpunkt am Seeweiher-Parkplatz, Fahrtgemeinschaften.

Details folgen.

August:

So., 14.08.2016
10.00 Uhr bis ca. 16 Uhr

15. Radltour

mit Doris Eisenbrand

Route und Mittagseinkauf werden noch bekanntgegeben

Für jedermann geeignet. Treffpunkt Gunzenhausener/Kohlstr.

So., 28.08.2016
ca. 13.30 h

Kirchweih-Umzug, alle Mitglieder willkommen

Aufstellung voraussichtlich in der Niederhofener Straße.

Wir fahren wieder mit dem schönen Pferdefuhrwerk von Herrn Föttinger aus Weimersheim. Anschl. gemütliches Beisammensein auf der Weißenburger Kirchweih im Festzelt. Alle Aktiven, die den Umzug mitgestalten, sind zu einem Getränk eingeladen.

September:

Sa., 03.09.2016
14.00 Uhr

Führung im **Apotheken-Museum**, Weißenburg
mit Almut und Katrin Binkert
Dauer: ca. 1,5 Std., anschließend Kaffee-Besuch (Eisdiele)
Max. 30 Personen, Eintritt 2 Euro
Anmeldung in der Einhorn-Apotheke (Tel. 09141-2307)

Mi., 21.09.2016
14.30 Uhr

Kaffee- und Spiele-Nachmittag
Im Rheumaliga-Turm, Am Schrecker, Weißenburg
Mitglieder des Kneipp-Vereins zahlen 2 Euro. Kuchen/Gebäck bitte selbst mitbringen. Für kostengünstige Getränke (Kaffee/Tee, etc.) ist gesorgt.

28.09.2016
13.00 Uhr

Nachmittags-Wanderung mit Ursel Tomala
Treffpunkt am Seeweiher-Parkplatz, Fahrtgemeinschaften.
Details folgen.

Oktober:

Mi., 12.10.2016
10.00 Uhr

Nachmittags-Wanderung mit Team Hessel, Rührer, Schneider
mit gemütlicher Mittags-Einkehr. Details folgen. Für jedermann geeignet.

So., 16.10.16
Ca. 08.00 Uhr

Herbst-Ausflug nach **Amberg**
Treffpunkt am Busbahnhof Am Plerrer, Weißenburg
Details zum Programm und Preis folgen.
Anmeldung in der Einhorn-Apotheke erforderlich (Tel. 09141-2307).

Mi., 19.10.2016
14.30 Uhr

Kaffee- und Spiele-Nachmittag
Im Rheumaliga-Turm, Am Schrecker, Weißenburg
Mitglieder des Kneipp-Vereins zahlen 2 Euro. Kuchen/Gebäck bitte selbst mitbringen. Für kostengünstige Getränke (Kaffee/Tee, etc.) ist gesorgt.

November:

Mi., 09.11.2016
19.00 Uhr
Ort:

Fach-Vortrag: Thema „Kopfschmerz und Migräne“
Referent: Martin Liebig, Heilpraktiker, Weißenburg
Brandenburger Hof, Weißenburg
Herr Liebig wird Ursachen, Hintergründe und Behandlung in seinem Vortrag beleuchten. Gäste sind herzlich willkommen.
Eintritt frei, Spenden erbeten.

Mi., 16.11.2016
14.30 Uhr

Kaffee- und Spiele-Nachmittag
Im Rheumaliga-Turm, Am Schrecker, Weißenburg
Mitglieder des Kneipp-Vereins zahlen 2 Euro. Kuchen/Gebäck bitte selbst mitbringen. Für kostengünstige Getränke (Kaffee/Tee, etc.) ist gesorgt

Sa. 19.11.2016
13.30 Uhr Einlass
14.00 Uhr Beginn

Jahreshauptversammlung
Hotel-Restaurant Goldene Rose, Rosenstraße 6, Weißenburg
Einladung zu Kaffee/Kuchen * Tagesordnung siehe Presse *

Mi., 30.11.2016
14.00 Uhr

Bastelnachmittag mit Frau Waltraud Schmidt
Dauer ca. 2 Stunden, **Ort** wird noch bekanntgegeben.
Wir basteln unter Anleitung weihnachtlichen Schmuck.
Material wird gegen Selbstkosten gestellt.
Anmeldung erbeten in der Einhorn-Apotheke, Tel. 09141-2307

Dezember:

Mi., 21.12.2016
14.30 Uhr

Kaffee- und Spiele-Nachmittag
Gemeinsames Vorweihnachtstreffen in der Adventszeit
Im Rheumaliga-Turm, Am Schrecker, Weißenburg
Mitglieder des Kneipp-Vereins zahlen 2 Euro. Kuchen/Gebäck bitte
selbst mitbringen. Für kostengünstige Getränke (Kaffee/Tee, etc.) ist
gesorgt.

Fr., 09.12.2016
18.00 Uhr

Adventstreffen aller Walker/innen Gabi Pitzer
Wir treffen uns zu einem geselligen Abend im Gasthaus
„Schwarzer Bär“, Marktplatz 13, Weißenburg

Änderungen / Ergänzungen vorbehalten

Kneipp-Verein Weißenburg e.V. 1.Vors. Doris Eisenbrand - Eichstätter Str. 58 - 91781 Weißenburg
Tel. 09141 / 81632 - Fax 09141 / 81634 - eMail: kneippverein@eisenbrand-events.de