



Jahresmotto 2024 KNEIPP VEREINT

... Menschen

Gesundheitsförderung ist etwas Individuelles – und gelingt gemeinsam am besten!

Das wusste Sebastian Kneipp übrigens schon Ende des 19. Jahrhunderts und veranlasste selbst die Gründung der

ersten Kneipp-Vereine in Deutschland. Mittlerweile vereint das Kneippsche Gesundheitskonzept Menschen auf der ganzen Welt, unabhängig von Alter, Gesundheitszustand, Nationalität oder sozialem Status. Und davon profitieren Körper und Seele gleichermaßen. Die ganzheitliche Kneipp-Philosophie in der Gemeinschaft zu leben, macht besonders viel Freude – und die Kneipp-Bewegung bietet jede Menge Möglichkeiten dazu.

... das Beste für die Gesundheit

Der gesunde Lebensstil nach Kneipp zeichnet sich durch seinen ganzheitlichen Ansatz aus. Die Kombination der fünf Kneippschen Elemente Wasser, Ernährung, Bewegung, Heilpflanzen und (Lebens-) Ordnung macht es so wirkungsvoll. Kneipps umfangreiche Empfehlungen lassen sich einfach und effektiv in jeden Lebensalltag, egal ob groß oder klein, jung oder alt, reich oder arm, integrieren.

... traditionelles Wissen mit neuen Erkenntnissen

Sebastian Kneipp (1821 – 1897) sah den Menschen als Einheit aus Körper und Seele und war damit einer der Vordenker der modernen Mind-Body-Medizin. So wird sein Gesundheitskonzept stets auf Basis wissenschaftlicher Erkenntnisse weiterentwickelt.



Gesundheitsbildung nach ganzheitlichem Konzept

Ein gesundes Leben im Einklang mit der Natur führen und auf diese Art aktiv vorbeugen und Heilung finden. Diesen ganzheitlichen Ansatz hat Sebastian Kneipp zur Grundlage seiner umfassenden Heilverfahren gemacht – mit Erfolg. Das Kneippsche Gesundheitskonzept hat sich stetig weiter entwickelt. Aus der ursprünglichen Wasser- und Kräuterheilkunde entstand ein ganzes und hoch anerkanntes Gesundheitskonzept. Leben nach Kneipp ist einfach, kostet fast nichts – nicht einmal viel Zeit – und bringt den Menschen in Bewegung.



Eintrag im Bundesweiten Verzeichnis Kneippen – traditionelles Wissen und Praxis nach der Lehre Sebastian Kneipps

„Kneippen– traditionelles Wissen und Praxis nach der Lehre Sebastian Kneipps“ – seit Dezember 2015 im bundesweiten Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes



„Ich will, dass meine Lehre allen Menschen zu teil werde.“
(Sebastian Kneipp 1821–1897)

Werden Sie Mitglied im Kneipp-Verein Amberg

Vorteile für Mitglieder im Kneipp-Verein:

- ▶ Sie nutzen ein vielfältiges gesundheitsorientiertes Angebot für Bewegung und Entspannung
- ▶ Sie finden Kontakt mit Gleichgesinnten bei Reisen, Ausflügen, Wanderungen
- ▶ Sie lernen Kneipp-Anwendungen und ihre positiven Wirkungen kennen
- ▶ Mitglieder erhalten kostenlos das Kneipp-Journal
- ▶ Ermäßigungen bei Veranstaltungen und Kursen

Mitgliedsbeitrag pro Jahr:

Einzelmitgliedschaft: 30 €
 Familienmitgliedschaft: 45 €
 Einzel-Kinder-Mitgliedschaft bis 18 Jahre: 15 €

Unterstützen Sie den Kneipp-Verein Amberg e.V. durch Werbung neuer Mitglieder!



Kontakt und Information bei Evelin Hensel:
 Peter-Vischer-Str. 17
 92224 Amberg
 Tel.: 09621/470173
 E-Mail: evelin.hensel@t-online.de
 www.kneippverein-amberg.de



Amberg e.V.



PROGRAMM 2024

Donnerstag | 01. Februar 2024 | 19.00 Uhr

Vortrag Kräuter und Gewürze (Generation 55+)

Referentin: Frau Daniela Kern-Sendtner, Diätassistentin
Ort: Aula im Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF)
92224 Amberg, Hockermühlstr. 53
Anmeldung bis spätestens 26.01.2024
Brigitta Hofmann, ☎ 0 96 21 / 17 78 44 ab 18 Uhr

Samstag | 17. Februar 2024 | 10.00 – 16.00 Uhr

„Wellness von Kopf bis Fuß“ kleine Auszeit für mich

Vitalhof „Zum Winter“,
92269 Fensterbach, St.-Ulrich-Straße 15, Ortsteil Dürnsricht
Gebühr: 37,- € MG / 47,- € NMG
inkl. Verpflegung/bar
Anmeldung bis 09.02.2024
Evelin Hensel, ☎ 0 96 21 / 47 01 73

Samstag | 24. Februar 2024 | Coburg

Information: Landesverband Bayern

Kneipp-Regionaltagung Franken/Oberpfalz

Details folgen!

Evelin Hensel, ☎ 0 96 21 / 47 01 73

Donnerstag | 25. April 2024 | 19.00 Uhr

Mitgliederversammlung mit Neuwahlen

Ort: Restaurant „Alte Kaserne“,
92224 Amberg, Dekan-Hirtreiter-Straße 5
Einladung erfolgt!

Freitag | 17. Mai 2024 | 14.00 Uhr

Kneipp-Saison-Eröffnung

Herzliche Einladung an alle Mitglieder und Interessierte!
„Wie kneippe ich richtig“
Ort: Kneipp-Anlage, 92224 Amberg, Sebastian-Kneipp-Platz
Evelin Hensel, ☎ 0 96 21 / 47 01 73

Samstag | 15. Juni 2024 | 14.00 Uhr

„Mäh statt Muh“ – Hofbesichtigung Michlbauer

Biohof und Manufaktur mit „Kostproben im Grünen“
92289 Ursensollen, Stockau 3,
Inh. Schirin Oeding und Sebastian Meier
Gebühr: 5,00 € / bar
Anmeldung bis spätestens 06.06.2024
Brigitta Hofmann, ☎ 0 96 21 / 17 78 44 ab 18 Uhr

Samstag | 13. Juli 2024 | 7.45 Uhr

Jahresausflug – Bad Kötzing und Miltach

Bad Kötzing: Jüngstes Kneipp-Heilbad im Bayerischen Wald
Treffpunkt: FFW Amberg
Abfahrt: 7.45 Uhr – Rückkehr: ca. 19.00 Uhr
Gebühr: 27,- € MG / 32,- € NMG
inkl. Stadtführung und Vortrag im SINOCUR
Extra Flyer!
Anmeldung bis spätestens 28.06.2024
Brigitta Hofmann, ☎ 0 96 21 / 17 78 44 ab 18 Uhr



Donnerstag | 26. September 2024 | 17.30 Uhr

Siemens-Besucherzentrum THE IMPULSE

Faszinierende Einblicke in die Zukunft der automatisierten Produktion, z.B. auch des vertikalen Pflanzenbaus
Ort: Siemens-Besucherzentrum,
92224 Amberg, Heinrich-Hertz-Straße 1
Anmeldung bis spätestens 19.09.2024
Rita Weber, ☎ 0 96 21 / 60 70 56 oder
Rita.Weber-Kneipp@outlook.de

Samstag | 12. Oktober 2024

Herbstwanderung

Anmeldung bis 09.10.2024
Extra Flyer!
Ute Übler, ☎ 0176 / 45 77 06 63 ab 14 Uhr

Mittwoch | 06. November 2024 | 19.00 Uhr

„Mit Heilkräften aus der Natur gut durch die kalte Jahreszeit“

Abend mit Heilpraktikerin Susanne Holzmann
Ort: Restaurant „Alte Kaserne“,
92224 Amberg, Dekan-Hirtreiter-Straße 5
Anmeldung bis spätestens 31.10.2024
Gebühr: 3,- € MG / 5,- € NMG / bar
Rita Weber, ☎ 0 96 21 / 60 70 56 oder
Rita.Weber-Kneipp@outlook.de

Donnerstag | 05. Dezember 2024 | 18.00 Uhr

„Weihnachtlicher Jahresausklang“

Ort: Brauerei Kummert – Sudhaus
92224 Amberg, Raigeringer Straße 11
Anmeldung bis spätestens 27.11.2024
Rita Weber, ☎ 0 96 21 / 60 70 56 oder
Rita.Weber-Kneipp@outlook.de



Unsere zusätzlichen Kneipp-Angebote:

Frühjahr und Herbst in Planung
jeweils Donnerstag 14 und 15 Uhr

Kneipp-Aqua-Fitness

Ort: Aqua-Fit-Halle – Kurfürstenbad Amberg
Kursleitung: Evelin Hensel, ☎ 0 96 21 / 47 01 73

Ganzjährig außer Schulferien
jeweils Dienstag 18.00 – 19.00 Uhr

Kneipp-Gymnastik

„Rund um die Wirbelsäule“
Barbaraschule, Amberg, Eingang Rembrandtstraße
Kursleitung: Irmgard Stadler
Gebühr: 2,- € / Abend – Info: ☎ 0 96 21 / 3 25 42

Nordic-Walking-Treff

Anschließend Gelegenheit zum gemeinsamen Kneippen
Mittwoch nachmittags: November – Februar 16.00 Uhr
März – Oktober 17.00 Uhr
Info: Ute Übler, ☎ 0176 45 77 06 63

Donnerstag vormittags: 9.00 Uhr
Info: Irmgard Stadler, ☎ 0 96 21 / 3 25 42
Treffpunkt jeweils: Kneipp-Becken
Dauer: ca. 1 Stunde
Gebühr: 2,- € für Nichtmitglieder

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung und Gefahr!

Juni – Juli

Sommer-Qi Gong

Angebot im Park (LGS)
Siehe Flyer und Ankündigung in der Tagespresse!

Terminänderungen vorbehalten!