

Seminare und Kurse

Qigong am Morgen

Die chinesische Gesundheitsmethode lässt sich gut in den Alltag integrieren. Leichte, langsame Bewegungen im Atemrhythmus bringen die Lebensenergie (= Qi) in Fluss und wirken sich positiv auf Körper, Geist und Seele aus.

Beginn: Montag, 23.9.2019, 9.30 – 10.30 Uhr

Acht Termine, zuletzt am 11.11.2019

Ort: Sportpark Zell a. H.

Anmeldung und Leitung:

Dagmar Beck, Tel: 0781/9485242

Autogenes Training

Die von Prof. Schultz entwickelte Entspannungsmethode stellt durch eigene Vorstellungskraft den ganzen Organismus auf Ruhe um. Sie ist leicht in den Alltag zu integrieren.

Beginn: Montag, 23.9.2019, 10.45 – 11.30 Uhr

Kursende 11.11.2019

Ort: Sportpark Zell a. H.

Anmeldung und Leitung:

Dagmar Beck, Tel: 0781/9485242

www.kneippverein-zell.de



Auf unserer Webseite finden Sie alle Termine und aktuellen Infos zu unseren Veranstaltungen.



Schwarzalpeverein e.V.
Panorama-Kneipp-Rundweg

Panorama-Kneipp-Rundweg

Wegweiser und ein Wander-Flyer zeigen den Weg rund um Zell, an dem vier Kneipptretanlagen liegen.

Der Flyer ist erhältlich bei Tourist-Info Zell a. H.

Bitte wegen des Beginns
der Veranstaltungen
Pressemitteilungen beachten!

Anmeldungen und Informationen
bei den jeweiligen Übungsleitern.

Übrigens:

Kneipp-Vereinsmitglieder haben immer

- freien Bezug der Kneipp-Gesundheitszeitschrift
- ermäßigte Gebühren für Vorträge, Kurse, Seminare
- ermäßigte Gebühren zu Kneippkuren
- die neusten Gesundheitsinformationen

Werden Sie Mitglied, rufen Sie uns an:

Marianne Burger (Vorsitzende)

Telefon: 17 66

Gerhard Jahnsen (2. Vorsitzender)

Telefon: 39 82

Ingeborg Jahnsen (Kasse)

Telefon: 39 82

Brigitte Kienzle (Schriftführerin)

Telefon: 71 92

Adresse

Kneipp-Verein Zell a. H.

Unter Eckfeld 10, 77736 Zell a. H.

Verein
Kneipp
aktiv & gesund
Zell a. H.

www.kneippverein-zell.de

Verein
Kneipp
aktiv & gesund
Zell a. H.

Jahresprogramm
2019/2020

Vorträge,
Seminare und Kurse

Vortragsprogramm

Freitag, 20. September 2019 – 20.00 Uhr

Schwanengesang von Anton Tschechow

Wie schon Tradition macht Herr Pilick wieder den Anfang – mit freundlicher Genehmigung des Verlags der Autoren Frankfurt a. M.

Ort: Foyer Storchenturm, Zell a. H.

Dienstag, 22. Oktober 2019 – 20.00 Uhr

Süß aber gefährlich?

Marianne Burger, Heilpraktikerin, Zell a. H.

Dienstag, 19. November 2019 – 20.00 Uhr

Welche Pflanzen sind für die geistige Gesundheit wichtig?

Prof. Dr. med. Bernd Fischer, Zell a. H.

Dienstag, 21. Januar 2020 – 20.00 Uhr

Neues Denken, neues Sein – von der Panik zur Freude

Nina Teuber

Dienstag, 28. Januar 2020 – 19.30 Uhr

Spiraldynamik – zurück zu unseren Wurzeln

Brigitte Klumpp, Yoga- und Spiraldynamiktherapeutin

Alle Vorträge, falls nicht anders angegeben, jeweils um 20 Uhr im Kulturzentrum „Obere Fabrik“.

Seminare und Kurse

Lach-Yoga – Heiteres Bewegungstraining

Termine an folgenden fünf Mittwoch-Abenden:

9. Okt. + 6. Nov. 2019,
5. Febr. + 4. März + 6. Mai 2020

Wann: von 19.00 – 20.00 Uhr

Ort: Sportpark Zell a. H.

Anmeldung und Leitung:

Harald Haiss, Tel.: 07835/5004

Seminare und Kurse

Stretching mit Fittesselementen und Indian Balance

Den Körper bewegen, während die Seele ausruht, das indianische Training für geistige und körperliche Fitness für alle Altersgruppen

Beginn: 14. Oktober 2019

Wann: montags 19.00 – 20.30 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus, Unterentersbach

Leitung: Conny Lechner, Ohlsbach
Übungsleiterin Breitensport
C-Lizenz, Schwerpunkt „Wirbelsäule“, Tel.: 07803/22 35
Bitte eine Yogamatte und ein großes Handtuch mitbringen.

Gemeinsam tanzen

Es werden Kreis- und Paartänze geübt, verbunden mit Hand- und Fußübungen aus der Eutonie.

Beginn: 27. September 2019

Wann: 14-tägig freitags 10.00 – 11.30 Uhr

Ort: Kulturzentrum „Obere Fabrik“ Zell a. H.

Leitung: Gertrud Uhl, Gengenbach und
Monika Prange, Eutoniepädagogin,
Zell a. H.

Anmeldung: Monika Prange, Tel.: 07835/86 16

YOGA für Körper, Geist und Seele »ganzjährig«

Wann: donnerstags 17.00 – 18.30 Uhr

donnerstags 19.00 – 20.30 Uhr
ganzjährig

Einstieg jederzeit möglich

Ort: Sportpark, Zell a. H.

Anmeldung und Leitung:

Brigitte Klumpp, Yogalehrerin,
Offenburg
Erreichbar von 12.30 – 13.30 Uhr
oder AB unter Tel.: 0781 - 9707717

Seminare und Kurse

Heilfasten im Herbst

Vorbesprechung

Montag, 11. November 2019, 18.00 Uhr

Praxis: Freitag, 15. – 22. November 2019
Mit Eutonie bei Frau Prange,
Eutoniepädagogin

Ort: Sportpark, Zell a. H.

Anmeldung und Leitung:

Marianne Burger, Zell a. H.,
Heilpraktikerin, Tel.: 07835/1766

Heilfasten im Frühjahr

Ebenfalls mit Eutonie bei Frau Prange, Eutoniepädagogin

Vorbesprechung

Montag, 9. März 2020, 19.00 Uhr

Praxis: Freitag, 13. – 20. März 2020

Ort: Sportpark, Zell a. H.

Anmeldung und Leitung:

Rita Zillhardt, Zell a. H., Heilpraktikerin
Tel.: 07835/1608

„Die Atmung – Das Tor zur Gesundheit“

Termine: 3 Abende: 11. Nov., 18. Nov. und
25. Nov. 2019, von 19.00 – 20.00 Uhr

Ort: Sportpark Zell a. H.

Anmeldung und Leitung:

Marianne Burger, Zell a. H.,
Heilpraktikerin, Tel.: 07835/1766

Wellness-Gymnastik

Wann: montags 20.00 Uhr

Beginn: 16. September 2019

Ort: Gymnastikhalle, Grundschule Zell a. H.

Leitung: Sonja Welle, Tel.: 07835/76 47

Wann: dienstags 20.00 Uhr

Beginn: 17. September 2019

Ort: Grundschule Nordrach

Leitung: Sonja Welle, Tel.: 07835/76 47