

Aktivitäten ab Mai 2016

Mo	bis 27.06.	Yoga1	16:00 - 17:15	Heilig-Geist- Zentrum	Almuth Grünefeld	04542-853637
Mo	bis 27.06.	Pilates	17:30 - 18.30	Heilig-Geist- Zentrum	Almuth Grünefeld	04542-853637
Mo	bis 27.06.	Yoga2	18:45 - 20:00	Heilig-Geist- Zentrum	Almuth Grünefeld	04542-853637
Mo	02.05.	Rückenschule <i>Probestunde</i>	17:00 - 18:00	Christus-Kirche	Anke Schütt	04545-791017
Fr	bis 17.06.	Gymnastik	10:00 - 11:00	Gemeinschaftshaus Seestr. 47	Anke Schütt	04545-791017

➤ Nähere Informationen zu den Kursen erhalten Sie bei den Übungsleitern

➤ **Wichtig:**

Der Kneipp-Verein Mölln e.V. haftet nicht für Schäden bei Teilnahme an den Kursen und Veranstaltungen sowie dem Hin- und Rückweg.

Wir behalten uns vor, bei zu wenigen Anmeldungen die Kurse/Veranstaltungen abzusagen.

Themen, Tipps und Tee - monatliches Treffen

Mi 04.05.16
01.06.16

Dielencafé
Café uppen Barg

Kittlitz
Bergrade

➤ *Anmeldung: 04542/9872004*

Treffen: 14:30 Uhr – Parkplatz Norma

Aktivitäten ab Mai 2016

Einladung zur Kräuterekursion

Mi 11.05.16 15:00 - 16.30 Uhr Treffpunkt: Parkplatz Uhlenkolk

Wir wenden uns drei Pflanzen genauer zu, deren Heilwirkung, die Verwendung und das Sammeln auf Vorrat. Andere Pflanzen auf unserem Weg benennen und betrachten wir.

➤ *Anmeldung bei Anne Groth: 04542-89910*

Treffen im Kurpark für gemeinsame Aktivitäten

Mi 18.05.16 15:00 – ca. 17:00 Uhr Treffpunkt: Kneipp-Garten
15.06.16

Qigong – Schnupperstunde mit Sylke Demmer

Fr 17.06.16 18:00 - 19.30 Uhr Treffpunkt: Gemeinschaftshaus, Seestr.47

Die Kraft der Langsamkeit entdecken.

Qigong ist die aktive Beschäftigung mit dem Qi unserer (Lebens-) Energie. Das Üben von Qigong fördert unsere Gesundheit, unser Wohlbefinden, unseren Geist und unsere Ausstrahlung. Unser Energiehaushalt wird verbessert und die Selbstheilungskräfte gestärkt.

Es gibt verschiedene Arten des Qigongs. Allen gemeinsam ist das Zusammenspiel von Geist (Aufmerksamkeit), Atem und Körper (Haltung und Bewegung). Diese drei Aspekte werden in den Übungen miteinander verbunden.

Ich lade Sie herzlich ein, mit mir in die Bewegungen des Qigongs hinein zu schnuppern. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bringen Sie bitte bequeme Kleidung, eine Decke, Socken oder gut bewegliche Schuhe mit.

➤ *Anmeldung: 04542/9872004*

Fahrt zur Landesgartenschau in Eutin mit Vokuhl Reisen

Mi 22.06.16 Abfahrt: 09:00 Uhr
Rückkehr: ca. 18:30 Uhr

➤ *Verbindliche Anmeldung bis zum 10.05.2016: 04542/9872004*

➤ *Kosten: 39,50 EUR*