

Geschäftsstelle

Niedersedlitzer Str. 80, 01257 Dresden
Tel.: 0351 2814789

Kneipp®- Center

Wettiner Platz 10a, 01076 Dresden
Tel.: 0351 4901366

Monatsplan Oktober 2020

Wir freuen uns, dass ab September alle Kurse und Veranstaltungen wieder stattfinden können. Das Volksliedersingen findet vorübergehend im Freien statt, verbunden mit einer kleinen Wanderung (siehe Seite 2).

Auch die Wassergymnastik findet wie gewohnt wieder statt. Bitte kommen Sie 15 Min. eher zum Termin wegen der coronabedingten Hygienebelehrungen.

Die neuesten Infos finden Sie wie immer auf www.kneipp-dresden.de/aktuell

Freie Plätze sind noch in folgenden Kursen:

- ***Gymnastik: Haltung u. Bewegung durch Ganzkörpertraining***
Kurs immer montags von 18.00 – 19.00 Uhr, Sportr. 2 , Jahnstr. 5a,
ÜL: Ute Jäpel
Kurs immer donnerstags von 10.30 – 11.30 Uhr, Sportr. 1, Wettiner Platz
ÜL: Gesine Stein
- ***QI Gong – Atem- Bewegungs- und Entspannungsübungen***
Beginn am 09.09.20 immer mittwochs von 10 – 11.30 Uhr, Sport 1,
am Wettiner Platz 10, Teilnahme auch mit AOK Gutschein möglich
ÜL: Rita Kanig
- ***Kindersport:*** (Alter 3-4 Jahre)
Montags von 16.00 – 16.45 im Effective Fitness in Seidnitz
Bei Interesse bitte anmelden unter Tel.: 0351 2814789 oder 4901366

Es gibt noch freie Plätze bei unseren Wanderreisen für 2021.

Kegeln mit dem Kneipp-Verein

Donnerstag: 08.10. + 22.10.20

(Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat)

Ort: Kegelsportverein Dresden - Tolkewitz, Tolkewitzer Str. 61

Zeit: 13.00 – 17.00 Uhr

Leitung: Herr Stilp, Anmeldung möglich unter Tel. 251573

Volksliedersingen mit Volkmar Stephani

Die Corona-Krise bringt auch neue kreative Ideen. Zum Singen gehen wir jetzt ins Freie und bewegen uns an frischer Luft. Unsere Halbtags- Singewanderung mit Begleitung auf der Mundharmonika oder Folk- Mandoline sind am:

Sonntag 04.10.20

Treff : 10.05 Uhr Haltestelle Linie 7 "Zur Neuen Brücke" Klotzsche

Straßenbahn Linie 7 zum Treffpunkt: 9.40 ab Hbf.,, 9.50 ab Albertplatz., 10.04 an „Zur Neuen Brücke“.

Wir wandern den Fahrweg runter zur Prießnitz, hier das erste Singen, weiterwandern zum Prießnitzwasserfall, Hauptsingen und den gleichen Weg zurück.

Sonntag 18.10.20

Treff : 10.00 Uhr Endhaltestelle Linie 7 "Pennrich Gleisschleife"

Straßenbahn Linie 7 zum Treffpunkt: 9.25 ab Albertpl., 9.34 ab Hbf., 9.59 an „Pennrich Gleisschleife“

Wir wandern in das nahe (kurze) Seitental im Zschonergrund, hier wird an schönen Stellen gesungen. Rückweg über die Schulzenmühle zur Gleisschleife (Rückweg etwas länger).

Mittwoch 28.10.20

Treff : 10.00 Uhr Haltest. Burgker Str., zu erreichen mit Bus 66 Ri. Freital

9.34 ab Hbf., 9.51 an Burgker Str. (Tarifzone Dresden), Durch das Kaitzbachtal nach Altkaitz (Autohaus Toyota)

Zu beachten:

- 1) Singemappen nicht mitbringen, es gibt Handzettel.
- 2) Bei sehr schlechtem Wetter fällt die Wanderung aus, Nachfrage am Vorabend über Telefon 0351-8494008 bei Herrn Stephani

WANDERUNGEN

Bitte nehmen Sie Rücksicht auf andere, beachten Sie die Hygiene- und Abstandsregeln während unserer Wanderungen. Bei allen Wanderungen sind Routenänderungen (witterungsbedingt oder coronabedingt) **immer möglich!** Bei Fragen zu den einzelnen Wanderungen rufen Sie bitte den Wanderleiter an.

Mo. 05.10. *Auf historischen Wegen über die Grenze*

Treff: 8.20 Uhr DD-Hbf Kuppelhalle, Abf. 8.41Uhr S2 bis Pirna, Abf. 9.12 h mit L207a bis Bad Gottleuba, Hackbeilstraße
Route: Tannenbusch – Hackhübel – Oelsener Höhe – Špičák– Petrovice mittelschwer, mehrere Anstiege , ca. 20 km
Sonstiges: VVO-KGK mögl., Rucksackverpfl., Ghs. vorgesehen in CZ,
Wanderleiter: Ulrich Simon, Tel.: 0157 8429864

- Sa. 10.10. *Dippoldiswalder Heide***
Treff: 8.30 Uhr DD-Hbf. „Unter den Brücken“, Abf. Bus 8.42 h bis Rundteil / Possendorf
Route: Rundteil – Einsiedlerstein – Heidehof – Wolfssäule – Barbara Kapelle – Lerchenberg, ca. 15 km
Sonstiges: Ticket DD+ 1 Zone, Rucksackverpfl.
Wanderleiter: Eva-Maria Harzer Tel.: Tel.: 0351 32322064 oder 0172 7932735
- So. 11.10. *Herbstfest am Lugturm***
Treff: 10 Uhr (H) „Luga“ Bus 65 (Abf. 9.19 Uhr Schillerplatz)
Route: Aufstieg zum Lugberg – Rundweg über Gut Gamig – Alter Gamig Grund – Lugturm (Aufenthalt) , ca. 10 km
Sonstiges: Ticket DD, Rucksackverpflegung, Imbiß Lugturm
Wanderleiter: Dorle Witt, Tel.: 0351 3400334
- Do. 15.10. *Rund um die Pohlshörner - Auf den Spuren eines Geocaches***
Treff: 8.15 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf. 8.29 Uhr mit S1
Route: Sturmbauers Eck – Pohlshörner – Kleinstein – Arnstein , ca. 15 km
Sonstiges: VVO - KGK mögl., Rucksackverpfl., Einkehr Neumannmühle
Wanderleiter: Dietmar Zeiler, Tel.: 0152 03824077, 0351 4766186
- Fr. 16.10. *Frauenstein***
Treff: 9.30 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf. 9.39 h mit Bus 360 nach Schmiedeberg Stadion, mit Bus 365 nach Frauenstein
Route: Gimmlitztal – Talsperre Lichtenberg – Burkersdorf - Frauenstein
Sonstiges: VVO-KGK Verbund, Rucksackverpfl., (Burg mögl.), ca. 12 km
Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991
- Sa. 17.10. *Amethyst und Eiben***
Treff: 8.35 Uhr DD-Hbf Kuppelhalle Ab 8.59 Uhr S1 bis Heidenau, weiter Abf. 9.18 Uhr mit RB 72 bis Niederschlottwitz
Route: Schlottwitz – Hirschsteig – 1000 jährige Eibe – Trebnitzgrund – Neudörfel – Böhmischer Steig – Oberschlottwitz – Hangweg – Niederschlottwitz, ca. 15 km, mittelschwer, mehrere Anstieg
Sonstiges: VVO-KGK mögl., Rucksackverpflegung, zurück Bahn 15.41 h
Wanderleiter: Ulrich Simon, Tel.: 0157 84298640
- Mi. 21.10. *Durch den Tharandter Wald***
Treff: 8.50 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle., Abf. 9.09 Uhr bis Tharandt
Route: Tharandt – Fröschelteich – Kurort Hartha – Sündelbuchen – Hirschstange - Forstbotanischer Garten – Tharandt Bhf. , ca. 13 km
Sonstiges: VVO_KGK mögl., Rucksackverpfl., Ghs. mögl.
Wanderleiter: Silvina Schäfer, Tel. 0176 97830543

Do. 22.10. *Zur Schmorsdorfer Linde*

Treff: 10.25 Uhr RB 72 HP „Köttewitz“ (mit S1 ab Hbf. 9.59 h bis Bhf. Heidenau an 10.12 h , weiter 10.18 h Gleis 5 - Ri. Altenberg)
Route: Ploschwitz – Falkenhain – Schmorsdorfer Wasser – Crotta – Schmorsdorfer Linde (unter der alten Schmorsdorfer Linde befindet sich das *Lindenmuseum Clara Schumann*) – ehem. Kalkbrennofen – Clara-Schumann-Weg – Maxen und Schloß – Finkenfang – Kroatenschlucht – Lockwitzbach – Lungkwitz Bad, ca. 10,5 km
Sonstiges: Ticket DD + 1 Zone, Rucksackverpflegung,
Wanderleiter: Heinz Geber, Tel: 0351 4161171 oder 0152 33599914

Do. 22.10. *In den Schluckenauer Zipfel II (CZ)*

Treff: 8.15 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf. 8.29 Uhr S1 Bad Schandau, weiter U28 nach Šluknov zast. an 10.13 Uhr
Route: Šluknov - Ri. Špičák (blau) - Liščí - Kreuzweg Jáchym – Schloß Lipová – Ri. Kreuzweg Velký Šenov – Bhf. V. Šenov . ca. 17 km, Höhenprofil: +- 400 m
Sonstiges: Elbe-Labe-Ticket, Rucksackverpfl., Ghs. mögl. , Rückfahrt: ca. 20 h
Wanderleiter: Hartmut Nätsch, Tel.: 0172 3401673

Sa. 24.10. *Industrie und Romantik - Aussichtswanderung um Usti n. L.*

Treff: 7.30 Uhr DD-Hbf. Fahrk.-ausg., Abf. 7.49 Uhr mit RE 20 Richtung Litoměřice, Ank. 9.03 Uhr in Ústí nad Labem
Route: (Stadtrundgang / O-Bus) – Malé Sedlo – Burg Schreckenstein – Malerwinkel – Stauwerk – Vrkoč – Ferdinandshöhe – Ústí nad Labem, hl.n.; Höhenprofil: +480/-541 m, ca. 15 km
Sonstiges: Elbe-Labe-Ticket, Rucksackverpfl., Ghs. mögl., Rückfahrt mit Zug, Personalausweis mitnehmen.
Wanderleiter: Thomas Vollstädt Tel.: 0172 3505753

Di. 27.10. *Durch die Dresdner Heide*

Treff: 10 Uhr (H) „Arkonastr.“ DD- Klotzsche , TRAM 7 , Bus 70
Route: Silbersee – Schneise 10 – Kreuz R – Runde 4 – Hofewiese – F-Flügel – Prießnitztalstr. – Prießnitzwasserfall – Nesselgrundweg – Klotzsche, ca. 9 km
Sonstiges: Ticket DD, Rucksackverpflegung,
Wanderleiter: Heinz Geber, Tel: 0351 4161171 oder 0152 33599914

Fr. 30.10. *Hinterhermsdorf*

Treff: 8.15 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf. 8.29 h mit S1 nach Bad Schandau, weiter Bus 241 nach Hinterhermsdorf
Route: Taubenstein – Kirnitzsch – Wettinplatz – Königsplatz, ca. 12 km
Sonstiges: VVO-KGK Verbund, Rucksackverpfl.
Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991

RADTOUREN

Touren sind wetterabhängig, deshalb ist Voranmeldung erwünscht.

Voraussetzung: Gutes Tourenrad und eine gewisse Tourenerfahrung / Ausdauer.

Do. 15.10. *Herbstliche Ausfahrt nach Meißen*

Treff: 10.00 Uhr DD-Goldener Reiter

Route: DD-Neustadt – Linkselbischer Fahrradweg – Meißen – Weinböhlen –
Coswig – Sächsische Weinstrasse – Radebeul – DD- Altstadt
ca. 50 km, Befestigte Wege, asphaltiert, Schwierigkeitsgrad: leicht

Sonstiges: Rucksackverpfl., (Wein-) Einkehr mögl.

Wanderleiter: Dr. Matthias Kotsch Tel. +49 160 97056574.