

Geschäftsstelle

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

Kneipp®- Center

Wettiner Platz 10, 01067 Dresden
Tel.: 0351 4901366

Monatsprogramm Oktober 2023

Information an alle Kneipp - Mitglieder:

Am 10.11.2023 um 13:00 Uhr findet im Sportraum 2, Jahnstr. 5a unsere Mitgliederversammlung statt. Wir laden herzlich dazu ein!

Geänderte Öffnungszeiten im KC am Wettiner Platz

Montag 10:00 – 16:00 Uhr

Neuer Kurs ohne Mattentraining:

Dienstag 12:30 – 13:30 Uhr, Sportraum 2, Jahnstr. 5a, Kursleiterin: Uta Jäpel

Freie Plätze:

Seniorentanz – Gesellige Tänze aus aller Welt

Seniorentanz ermöglicht geselliges Tanzen für Frauen und Männer. Der Tanzkurs bietet Gemeinschaft, fördert Kommunikation und lässt die Freude an der Musik und Bewegung aufleben. Getanzt wird in der Gruppe.

Dienstag 14:00 – 15:30 Uhr im Seidnitz-Center, Enderstrasse, Block B, Dachgeschoß Saal 3, TK Residenz, Kursleiterin: Renate Hölschke

Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr, 49.GS/TH, Bernhardstr. 80 in Plauen (kein Rehasport)
Kursleiterin: Irene Militzer

Donnerstag 09:00 – 10:00 Uhr, Sport 1, Wettiner Platz 10a, Kursl.: Gabi Petzold

Es gibt noch freie Plätze für die 3 Wanderreisen im Jahr 2024

Anmeldung immer montags von 10 – 16 Uhr im Kneipp Center am Wettiner Platz

Volksliedersingen – unter Leitung von Volkmar Stephani

Ort: In der Begegnungsstätte der Volkssolidarität „Am Nürnberger Ei“
Nürnberger Str. 45, 01187 DD

Termine: Mittwoch am 11.10. und 25.10.23

Zeit: von 17:00 – 19:00 Uhr

Kräuterexkursionen im Herbst

Exkursion mit Astrid Papmahl, Mobil: 0162 2584462,

Mail: kraeuterdd@gmx.de, Anmeldung erwünscht

Bei vorhersehbarem Regenwetter Verlegung des Termins, die Info erfolgt an alle gemeldeten Teilnehmer durch die Kursleiterin.

1. Exkursion „Herbstliche Wildfrüchte sammeln“

Termin: Di, 10.10.2023

Inhalt: Wir lernen Hecken, Bäume und Pilze sicher erkennen und sammeln essbare Kräuter und Wildfrüchte zur Verwendung in der eigenen Küche.

Kleine Verkostung 2 € pro Person.

Treff: 10:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: je nach Aufkommen an Früchten und Pilzen, wird rechtzeitig an alle TN bekannt gegeben

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände

2. Exkursion „Herbstliche Wildfrüchte sammeln“

Termin: Mi, 18.10.2023

Inhalt: Wir lernen Hecken, Bäume und Pilze sicher erkennen und sammeln essbare Kräuter und Wildfrüchte zur Verwendung in der eigenen Küche.

Kleine Verkostung 2 € pro Person.

Treff: 10:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: je nach Aufkommen an Früchten und Pilzen, wird rechtzeitig an alle TN bekannt gegeben

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände

3. Exkursion „Herbstliche Wildfrüchte sammeln“

Termin: Di, 24.10.2023

Inhalt: Wir lernen Hecken, Bäume und Pilze sicher erkennen und sammeln essbare Kräuter und Wildfrüchte zur Verwendung in der eigenen Küche.

Kleine Verkostung 2 € pro Person.

Treff: 10:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: je nach Aufkommen an Früchten und Pilzen, wird rechtzeitig an alle TN bekannt gegeben

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände

Wanderungen

Hinweis für unsere Wanderungen:

Das günstigste Ticket für unsere Wanderungen ist das Deutschlandticket (49,00 €) oder eine Kleingruppenkarte Verbund. Diese möchten bitte von den Teilnehmern vorab selbst organisiert werden.

Bei allen Wanderungen kann es witterungsbedingt zu Routenänderungen kommen. Bei Fragen zu den einzelnen Wanderungen rufen Sie bitte den Wanderleiter an.

Mi. 04.10. *Über den Zschirnstein*

Treff: 08:15 Uhr DD-Hbf. Anzeiget., Abf.: 8:29 mit S 1 bis Krippen weiter mit Bus 252

Route: Schöna – Gr. Zschirnstein – Kl. Zschirnstein – Wolfsberg-Reinhardtsdorf, ca. 15 km

Sonstiges: Ticket: 49,00 € o. VVO-Verbundraum, Rucksackverpfl., Ghs. mögl.

Wanderleiterin: Silvina Schäfer, Tel.: 0176 97830543

Sa. 07.10. *Benno und der Wein* (kulturhistorische Weinwanderung)

Treff: 10 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 10:08 Uhr mit RB31 bis DD-Kemnitz

Route: Kemnitz – Zschoner Grund – Wilde – Podemus – Stausee Oberwartha – Weißtrops – Kleditzschgrund – Niederwartha

Sonstiges: Ticket DD, Rucksackverpfl., mittelschwer, ca. 16 km, 270 Hm, Einkehr beim Winzer vorgesehen

Wanderleiter: Ulrich Simon, Tel.: 0157 84298640

Di. 10.10. *Auf der ehemaligen Schmalspurbahn*

Treff: 8:55 Uhr DD-Ammonstr. Abf.: 9:02 Uhr m. mit Bus 333 nach Kesselsdorf (9:11 Uhr ab Hbf.)

Route: auf dem ehemaligen Bahndamm über Wurgwitz nach Potschappel

Sonstiges: Ticket DD, ca. 12 km

Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991

Do. 12.10. *Rauensteine - Kurzwanderung*

Treff: 9:15 Uhr DD-Hbf., Abf.: 9:29 Uhr m. S 1 nach Wehlen

Route: Wehlen – Rauenstein – Rathen – Wehlen, ca. 9 km

Sonstiges: KGK VVO mögl. Rucksackverpfl., 1,50 € für Fähre

Wanderleiterin: Sylke Zänker, Tel.: 0152 37719379

- Fr. 13.10. *In den Tharandter Wald***
Treff: 8:45 Uhr DD-Hbf. Anzeigetafel, Abf.: 9:07 Uhr RB 30
Route: Tharandt – Burgruine – Warnsdorfer Quelle – Breiter Grund – Tharandt
Sonstiges: Ticket DD + 1 Zone, Rucksackverpfl., ca. 15 km
Wanderleiterin: Eva-Maria Harzer, Tel.: 0351 32322064 / 0172 7932735
- Di. 17.10. *Auf zum Kahleberg***
Treff: 8:55 Uhr DD-Ammonstr. Abf.: 9 Uhr m. Bus 360 n. Altenberg (9:09 Uhr ab Hbf.)
Route: Großer Galgenteich – Kahleberg (905m) – Schellerhau, ca. 12 km
Sonstiges: TZVerbund, D-Ticket
Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991
- Mi. 18.10 *Linkselbisch bei Meißen***
Treff: 8:15 Uhr DD-Neustadt Haupthalle, Abf.: 8:37 Uhr S1 n. Meißen
Route: Kl. Triebischtal – Taubenheim – Bayerhöhe – Gr. Triebischtal – Rothschönberg – Munzig, ca. 15 km,
Sonstiges: VVO-KGK mögl., Rucksackverpfl., Ghs. mögl.
Wanderleiterin: Ingrid Hoffmann, Tel.: 0351 4537651 oder 0176 32792491
- Do. 19.10. *DMM- Weg Teil 2 – Von Wehlen nach Graupa***
Treff: 8:15 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 8:29 Uhr m. S1 bis Wehlen
Route: Wehlen – Uttewalder Grund – Lohmen – Liebenthaler Grund – Graupa, ca. 18 km, ca. 300 Hm, mittelschwer
Sonstiges: Ticketservice mögl., Rucksackverpfl.
Wanderleiter: Dieter Tarz, Tel.: 0152 21913585 und 0351 4963229
- Sa. 21.10. *Zwischen Burg Körse und Weifaer Höhe***
Treff: 7:40 Uhr DD-Hbf. Fahrk.-ausg., Abf.: 7:56 Uhr m. Trilex nach Schirgiswalde – Kirschau an 9:00 Uhr
Route: Schirgiswalde – Burg Körse – Weifaer Höhe – Folgental – Funkenburg – Stausee Sohland – Sohland Bfh, ca. 19 km
Sonstiges: Ticketservice mögl., zurück mit Zug, Rucksackverpfl., Ghs. mögl.
Wanderleiter: Thomas Vollstädt, Tel.: 0172 3505753
- Mi. 25.10. *Königsweg Großsedlitz***
Treff: 9:50 Uhr, S-Bhf. Großsedlitz /Heidenau, (mit S 1 Hbf. ab 9:29 Uhr, WL steigt in Strehlen in 1. Wagen ein)
Route: Großsedlitz – Barockgarten – Krebs – Meusegast – Schloss Weesenstein – Planetenweg – Dohna – Großsedlitz, ca. 16 km
Sonstiges: Rucksackverpfl., evt. Kaiserstübl. Weesenstein
Wanderleiter: Dietmar Zeiler, Tel.: 0152 03824077, 0351 4766186

Sa. 28.10. Kurzwanderung in Dresden Neustadt

Treff: 9:00 Uhr Marienallee /Staufenbergallee, Haltst. Bus 64

Route: Marienallee – Todweg – Reitsteig – Kuhschwanz – Nordfriedhof
– Marienallee, ca. 10 km, leichte Wanderung

Sonstiges: Rucksackverpflegung

Wanderleiter: Dieter Tarz, Tel.: 0152 21913585 und 0351 4963229

Radtouren

Allgemeines: Eine Voranmeldung über die Teilnahme an der Tour beim Tourenleiter wäre wünschenswert, ansonsten können sich die Interessenten aber auch am angegebenen Treffpunkt einfinden.

Bei vorhersehbarem Regenwetter Verlegung des Termins, Info erfolgt an alle gemeldeten Teilnehmer durch den Tourenleiter.

Ansprechpartner: Dr. Matthias Kotsch, Tel.: 0160 97056574

E-Mail: m.kotsch@t-online.de

Herbstliche Ausfahrt nach Meißen

Termin: Donnerstag 19.10.23

Treff: 10:00 Uhr am Goldenen Reiter Dresden

Route: DD-Neustadt – Radebeul – Sächsische Weinstraße – Weinböhlen – Oberau
– Diera-Zehren – Meißen – Rechtselbischer Fahrradweg – DD-Altstadt.

Gesamtstrecke: ca. 60 - 65 km. Schwierigkeitsgrad: leicht

Sonstiges: Selbstverpflegung, (Wein) Einkehr möglich.

Samstag 28.10.2023 Nordic Walking – Nachtlauf

Anlässlich der Zeitumstellung nehmen wir uns eine Stunde für die Gesundheit!

Treffpunkt: 18:00 Uhr Dresden „Goldener Reiter“

Anmeldung erwünscht unter 0351 2814789

Kegeln mit dem Kneipp - Verein

Donnerstag: 12.10. und 26.10.23 (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. 2515732

Der Vorstand gratuliert seinen Jubilaren

- Zum 85.** Barbara Hom
- Zum 80.** Christine Richter
Gisela Herrmann
Helga Protze
- Zum 75.** Anita Büter
Inge Vollstädt
Irene Schneider-Böttcher
- Zum 70.** Klaus-Dieter Rudolf
Dorothea Mescher
Sylvina Ehrhardt
- Zum 65.** Sabine Kühne
Gabriele Petzschmann

