

## **Geschäftsstelle**

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

## **Kneipp®- Center**

Wettiner Platz 10, 01067 Dresden  
Tel.: 0351 4901366

# Monatsprogramm November 2023

## **Unsere Geschäftsstelle zieht um:**

Ab 15.11.2023 befindet sich die Geschäftsstelle in unseren Büroräumen am Wettiner Platz 10 in 01067 Dresden. Unsere Öffnungszeiten sind:

Montag und Donnerstag 10:00 – 16:00 Uhr

Dienstag und Mittwoch 10:00 – 14:00 Uhr

Der Standort Niedersedlitzer Str.80 in Dresden wird geschlossen.

In der 46. und 47. KW kann es umzugsbedingt zu Einschränkungen bei der Erreichbarkeit kommen. Danke für Ihr Verständnis!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserer neuen Geschäftsstelle.

## **Einladung zur Mitgliederversammlung**

Wir laden Sie recht herzlich zu unserer Mitgliederversammlung, am Freitag 10.11.2023 um 13 Uhr, Sportraum 2 auf der Jahnstraße 5a ein.

Es gibt viele interessante Themen zu besprechen!

## **Aktuelles zu den Kursen:**

### **Qigong – Kursbeginn ab 06.11.2023**

Mittwoch 10:00 – 11:30 Uhr, Sportraum 1 am Wettiner Platz 10 a

### **Konditionsgymnastik – ab November**

Donnerstag 10:00 – 11:00 Uhr, Sportplatz Bärensteiner Straße

## **Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining**

Dienstag 12:30 – 13:30 Uhr Angebot ohne Mattentraining

### **Kegeln mit dem Kneipp - Verein**

Donnerstag: 09.11. und 23.11.23 (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

### **Volksliedersingen – unter Leitung von Volkmar Stephani**

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

**Termine:** Mittwoch am 01.11., 08.11. und 29.11.2023

**Zeit:** von 17:00 – 19:00 Uhr

Am Tag des Volksliedersingens gibt der Leiter Herr Stephani auf seinem AB unter 0351-8494008 von 10 – 16 Uhr mit einem Ansagetext Auskunft darüber, ob das Singen wie geplant stattfindet.

### **Kräuterexkursionen im Herbst**

Exkursion mit Astrid Papmahl, Mobil: +49 162 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 „Auf der Suche nach Pilzen, Pflanzen und Früchten des Spätherbstes“***

**Termin:** Do. 09.11.2023

**Inhalt:** Wir lernen Hecken und Bäume kennen und suchen nach Pilzen, Wildkräutern und Früchten zur Verwendung in der eigenen Küche. Kleine Verkostung 2 € p.P.

**Treff:** 10:00 Uhr Haltestelle Moritzburger Weg (Linie 7+8)

**Route:** über den Dresdner Heller

**Sonstiges:** ca. 2-3 h, leichtes Gelände

## **2. Exkursion „Auf der Suche nach Pilzen, Pflanzen und Früchten“**

**Termin:** Di. 14.11.2023

**Inhalt:** Wir lernen Hecken und Bäume kennen und suchen nach Pilzen, Wildkräutern und Früchten zur Verwendung in der eigenen Küche.

Kleine Verkostung 2 € p.P.

**Treff:** 10:00 Uhr Fabricestraße/ Ecke Magazinstraße

**Route:** über den Dresdner Heller

**Sonstiges:** ca 2-3 h, leichtes Gelände

## **3. Exkursion „Zum Pilzmuseum Reinhardsgrimma“**

**Termin:** Mi, 22.11.2023 (Buß- und Bettag)

**Inhalt:** Wir besuchen das Pilzmuseum in Reinhardsgrimma und lernen dessen informative Ausstellung kennen. Anschließend laufen wir durch den Schlosspark entlang des Lockwitzbachs und weiter Richtung Buschhäuser bzw. Schlottwitz (wetterabhängig). Kleine Verkostung 2 € p.P.

**Treff:** 9:55 DD-Hbf Unter den Brücken (10:09 Bus 360)

**Route:** Reinhardsgrimma - Buschhäuser - Bahnhof Schlottwitz

**Sonstiges:** Ticket KGK nach Abstimmung möglich, ca. 6 km

## **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.

### **Do. 02.11. *Bunte Wälder zwischen Graupa und Triebenberg***

**Treff:** 9 Uhr Pillnitz Rathaus (Bus L63)

**Route:** Ruine – Jagdwege – Borsberg – Triebenberg – (Doberberg) – Weinbergweg – Pillnitz

**Sonstiges:** Ticket DD, Rucksackverpfl., mittelschwer, ca. 16 km, 400 Hm,

**Wanderleiter:** Ulrich Simon, Tel.: 0157 84298640

### **Di. 07.11. *Vom Lerchenberg zur Weißeritz***

**Treff:** 9:25 Uhr DD-Ammonstr. Abf.: 9:30 Uhr m. mit Bus 360 nach Possendorf, (9:39 Uhr ab Hbf.)

**Route:** Rundteil – Lerchenberg – Oelsa – Götzenbusch – Rabenauer Grund

**Sonstiges:** Ticket DD+ Freital, ca. 12 km

**Wanderleiter:** Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991

**Mi. 08.11.**      ***Entlang des Kaitzbaches – vom Süden an der Elbe***  
**Treff:** 9:20 Uhr Räcknitzhöhe, Endhaltepunkt Linie 11 o. Bus 85  
**Route:** Zschertnitz – Mockritz – Leubnitz – Strehlen – Großer Garten – Carolabrücke, ca. 15 km,  
**Sonstiges:** Ticket DD, Rucksackverpfl., Ghs. mögl.  
**Wanderleiterin:** Ingrid Hoffmann, Tel.: 0351 4537651 oder 0176 32792491

**Sa. 11.11.**      ***Von der Bastei zum Lilienstein***  
**Treff:** 7:45 Uhr DD-Hbf. Fahrk.- ausg., Abf.: 7:59 Uhr m. S1 nach Stadt Wehlen an 8:30 Uhr  
**Route:** Stadt Wehlen – Zscherregrund – Höllengrund – Bastei – Kurort Rathen – Kottesteig – Lottersteig – Lilienstein – Königstein – Bhf. ca. 15 km / +-550 Hm  
**Sonstiges:** Ticketservice mögl., Rucksackverpfl., Ghs. mögl.,  
**Wanderleiter:** Thomas Vollstädt, Tel.: 0172 3505753

**Mi. 15.11.**      ***Archaeo- Pfad – Ausgrabungen im Dresdner Süden***  
**Treff:** 10 Uhr Gleisschleife Prohlis  
**Route:** Kulturhistorischer Rundwanderweg am Geberbach, ca. 11 km  
**Wanderleiter:** Dietmar Zeiler, Tel.: 0152 03824077, 0351 4766186

#### **Kurzwanderung**

**Sa.18.11.**      ***Wanderung um Dresden***  
**Treff:** 9:30 Uhr Haltestelle Linie 11 (Weißer Hirsch – Plattleite)  
**Route:** Weißer Hirsch – Stechgrund – Wolfshügel – Fischhaus – Schotengrund – Elbschlösser – Weißer Hirsch  
**Sonstiges:** Ticket DD, Rucksackverpfl., ca. 10 km  
**Wanderleiterin:** Eva-Maria Harzer, Tel.: 0351 32322064 / 0172 7932735

**Di. 21.11.**      ***DMM - Weg Teil 1 – Von Graupa zum Blauen Wunder***  
**Treff:** 9 Uhr in Pillnitz Haltest. Bus 63, 83 Leonardo-da-Vinci-Str., Abf.: 9:17 Uhr mit Bus 83 nach Graupa  
**Route:** Graupa – Leitenweg – Maria am Wege – Zuckerhut – Helfenberger Park – Kuckucksteig – Blaues Wunder, anspruchsvoll, ca. 17 km /400 Hm,  
**Sonstiges:** Ticketservice mögl., Rucksackverpfl.  
**Wanderleiter:** Dieter Tarz, Tel.: 0152 21913585 und 0351 4963229

**Do. 23.11.**      ***Ostergewirge aufwärts zum Kahleberg***  
**Treff:** 8:25 Uhr DD-Hbf., Abf.:8:39 Uhr m. Bus L 360 nach Kipsdorf  
**Route:** Kipsdorf – Bärenfels – Schellerhau – Kahleberg – Altenberg  
**Sonstiges:** KGK VVO mögl. Rucksackverpfl., ca.14 km  
**Wanderleiterin:** Sylke Zänker, Tel.: 0152 37719379

**Do. 30.11.      *Von Marsdorf südwärts***  
**Treff:** 9:29 Uhr Haltest. Infineon Nord Linie 7, Bus 77 nach Marsdorf  
**Route:** Kammerholz – Rähnitz – Augustusweg – Wilder Mann, ca. 12 km  
**Sonstiges:** Ticket DD  
**Wanderleiter:** Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991

## **Wanderreisen 2024 - es gibt noch freie Plätze!**

### **Österreich – Saalbach Hinterglemm / Nähe Kitzbühler Alpen**

„**Hotel Gungau**“ alle Zimmer mit DU, WC, TV, Halbpension, Sauna  
Das Hotel liegt unmittelbar an der Seilbahnstation mit toller Hanglage und Aussicht.  
Einkaufsmeile und Information befinden sich im Zentrum nur 400 m entfernt.

**Termin:** **21.6. – 29.06.2024 / 9 Reisetage**  
**Wanderleiter:** Ulrich Simon  
**Preis:** im DZ: 790,00 EUR pro Person  
incl. Joker Card für alle Seilbahnen und Wanderbusse

### **Südtirol – Ortler /Sulden**

„**Hotel Alpina**“ - alle Zimmer mit DU, WC, TV, Halbpension, Sauna, Hallenbad  
Das Hotel liegt in der Ortsmitte und bietet einen idealen Ausgangspunkt für die  
Wanderungen. Die Busstation und Seilbahnen sind nur 100 – 200 m entfernt vom  
Hotel. Die Bahncard kostet für 7 Tage ca. 72 EUR

**Termin:** **13.09. – 21.09.2024 / 9 Reisetage**  
**Wanderleiter:** Dieter Tarz  
**Preis:** im DZ: 880,00 EUR pro Person

Alle Reisen werden incl. Busbeförderung angeboten. Die Hin- und Rückfahrt erfolgt  
mit dem mit Reisebus von Kids- Sport- Travel.

**Verbindliche Anmeldungen per Mail oder telefonisch unter:**

**Per Mail:** center@kneipp-dresden.de, **Tel.:** 0351 4901366

**Bei der verbindlichen Reiseanmeldung wird eine Organisationsgebühr erhoben.**

## Der Vorstand gratuliert seinen Jubilaren

- Zum 85.** Sigrid Wölfel  
Gisela Seifert
- Zum 80.** Ingrid Boin  
Gunter Stephan
- Zum 75.** Thomas Zillmann
- Zum 70.** Sabine Denke  
Jutta Ewert  
Annerose Kaden
- Zum 65.** Sabine Pavel

