

Kneipp-Geschäftsstelle Wettiner Platz 10, 01067 Dresden

Monatsprogramm Oktober 2024

Kurse mit freien Plätzen:

Seniorentanz - Gesellige Tänze aus aller Welt

Freitag: 10:00 - 11:30 Uhr, Sportraum 2, Jahnstraße 5a
Kursleiterin: Susanna Wadehn / Heidi Kemper

Erlebnistanz für Senioren

Donnerstag: 12:30 - 14:00 Uhr, Sportraum 2, Jahnstraße 5a
Kursleiterin: Gesine Stein

Haltung + Bewegung durch Ganzkörpertraining

Dienstag: 14:15 - 15:15 Uhr, Sportraum 1, Wettiner Platz 10 a
Kursleiterin: Gabriele Petzold

Dienstag: 19:00 - 20:00 Uhr, 93. GS/TH, Dobritzer Weg 1
Kursleiterin: Ilona Sander

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

Donnerstag: 14:00 - 15:00 Uhr und 15:15 - 16:15 Uhr und 16:30 - 17:30 Uhr
Effektive Fitness im SEC, Enderstr. 59
Kursleiterin: Olga Siemens

Freitag: 08:45 - 09:45 Uhr, Margon-Arena, Bodenbacher Str. 154
Kursleiterin: Uta Kurze

Dienstag: 12:30 - 13:30 Uhr, Sportraum 2 (**ohne Mattentraining**)
Kursleiterin: Ute Jäpel

Laufen und Walken

Dienstag: 09:00 - 10:00 Uhr, Sportplatz Bodenbacher Str. 154 (Margon Arena)
Kursleiterin: Isabell Reinhardt

Wanderreisen 2025

Österreich – Region Hochkönig-Maria Alm

*****Hotel „Niederreiter“ in Maria Alm**

Das Hotel befindet sich mitten im Herzen von Maria Alm, die Bergbahn befindet sich gegenüber vom Hotel und die Wanderbusse halten direkt vor unserem Hotel.

Alle Zimmer mit Balkon, DU, WC, TV, Balkon/Terrasse, HP

Der Wellnessbereich mit Whirlpool, Sauna, ein Schwimmteich mit Liegewiese, Dachterrasse mit Liegestühlen.

Incl. Hochkönig Card mit allen Seilbahnen u. Wanderbussen.

Der Kneipp Verein bietet täglich Wanderungen im Gebiet Hochkönig an.

Termin: 18.07. – 24.07.2025

Preis: DZ 735,00 € p. P., EZ 849,00 €

Wanderleiter: Dieter Tarz

Südtirol – Dolomiten Grödner Tal / St. Christina

*** Hotel „Christeinerhof“, es ist ein gepflegtes Familienhotel, Hotel mit Terrasse und kleinem Garten. Alle Zimmer mit DU, WC, TV, Balkon mögl., Heubad, finnische Sauna und HP. Die Bushaltestelle ist nur 50 m vom Hotel entfernt.

Der Kauf einer Gardena Card für 3 Tage kostet 109,00 €, für 6 Tage 141,00 €.

Gültigkeit für alle Liftanlagen in Gröden.

Termin: 08.09. – 16.09.2025

Preis: nur DZ 790,00 €

Wanderleiterin: Sylke Zänker

Die An- und Abreise erfolgt im modernen Komfortreisebus.

Verbindliche Anmeldungen werden jeden **Montag** in der Zeit von **10:00 – 16:00 Uhr** entgegengenommen.

Bei Reiseanmeldung wird eine Organisationsgebühr erhoben:

Mitglieder 10 €, Nichtmitglieder 30 €. Die Gebühr ist in bar zu entrichten

Kegeln mit dem Kneipp – Verein

Termin: Donnerstag 10.10. + 24.10.24 (Jeden 2. und 4. Donnerstag)

Ort: Kegelsportverein Dresden - Tolkewitz, Tolkewitzer Str. 61

Zeit: 13:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Herr Stilp, Anmeldung möglich unter Tel. 2515732

Wanderungen

Das günstigste Ticket für unsere Wanderungen ist das Deutschlandticket (49,00 €). Ggf. ist ein Ticketservice möglich. Bei allen Wanderungen kann es witterungsbedingt zu Routenänderungen kommen. Bei Fragen rufen Sie bitte die Wanderleitung an.

Mi. 02.10. *Vom Weinberg nach Meißen*

Treff: 8:50 Uhr DD-Hbf. Anzeiget., Abf.: 9:06 Uhr m. R50 n. Nünchritz weiter um 9:56 Uhr m. Bus 407

Route: Schloss Seußlitz – Seußlitzer Grund – Golkwald – Schloss Proschwitz - Meißen, ca. 15 km

Sonstiges: 49 € Ticket o. Verbundraum, Rucksackverpfleg., Ghs am Ende mögl.

Wanderleiterin: Silvina Schäfer, Tel.: 0176 97830543

Sa. 05.10. *Weinwanderung zur Bosel*

Treff: 10:00 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 10:06 Uhr (R50) bis Weinböhlen

Route: Weinböhlen – Römische Bosel – Einkehr „Winzerschoppen“ – Bosel – Juchhöh – Heil- u. Kräutergarten – Meißen, ca. 13 km, 150 Hm

Sonstiges: Ticket: 3 Zonen, mittelschwer, Einkehr beim Winzer geplant

Wanderleiter: Ulrich Simon, Tel.: 0157 84298640

Di. 08.10. *Schlösser Heynitz und Rothschönberg - Kurzwanderung*

Treff: 9:50 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 10:00 Uhr m. S1 n. Meißen weiter 10:54 Uhr m. Bus 412 n. Katzenberg

Route: Heynitz – Kottewitz – Rothschönberg (Schloss, Stollen- Mundloch)

Sonstiges: VVO TZ Verbund, ca. 9 km

Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991

Do. 10.10. *Im Tharandter Wald*

Treff: 9:20 Uhr Busbahnh. Tharandt, Abf.: 9:28 Uhr L 363 nach Hartha-Kurplatz

Route: Weg der Lieder – Triebischtal – Hetzdorf – Grillenburg – Klingenberg

Sonstiges: Rucksackverpfleg., ca. 16 km

Wanderleiterin: Sylke Zänker, Tel.: 0152 37719379

Sa. 12.10. *Von Weixdorf in die offene Landschaft*

Treff: 8:45 Uhr DD-Hbf, Unter den Brücken, Abf.: 8:55 Uhr m. Li.7

Route: Weixdorf/Waldbad – Lausa – Schloss Hermsdorf – Langebrück – Weixdorf /Waldbad.

Sonstiges: Rucksackverpflegung, ca. 15 km

Wanderleiterin: Eva-Maria Harzer Tel.: 0152 09930733 oder 0351 32322064

- So. 13.10. *Urbansfest und Pesterwitzer Weinberg - Kurzwanderung***
Treff: 10:00 Uhr Zschonergrundstr. Haltest. Li 68
Route: Kemnitz – Zschonergrund – Merbitz – Gompitz – Altfränkener Park – Pesterwitz, ca. 10 km
Sonstiges: Rucksackverpflegung, Urbansfest Weinfest in Merbitz u. Besenwirtschaft in Pesterwitz mögl., zurück m. Bus ab Pesterwitz
Wanderleiter: Thomas Vollstädt, Tel.: 0172 3505753
- Di. 15.10. *Von Batzdorf über linkselbische Höhen mit Elbeblick***
Treff: 8:35 Uhr am Külz- Ring, Li. 68 Haltest. Prager Straße, weiter Li 404 Abf.:9:41 Uhr Bhf. Cossebaude bis Rehbockschänke
Route: Batzdorf-Rehbockschänke – Schloss Batzdorf – Rehbocktal – Scharfenberg – Elbleitenweg m. Blick - Rehbockschänke
Sonstiges: Rucksackverpfleg., ca. 12 km
Wanderleiter: Dieter Tarz, Tel.: 0152 21913585 oder 0351 4963229
- Fr. 18.10. *Caspar – David – Friedrich Weg (250. Jahrestag)***
Treff: 8:15 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf.:8:29 Uhr n. Krippen
Route: Krippen – Kaiserkrone – Wolfsberg – Krippen
Sonstiges: VVO KGK mögl., Rucksackverpfleg., ca. 15 km
Wanderleiter: Dietmar Zeiler, Tel.: 0152 03824077 oder 0651 4766186
- Mi. 23.10. *Vom Schwarzbachtal zum Kirnitzschtal***
Treff: 8:15 Uhr DD-Hbf. Anzeiget., Abf.:8:29 Uhr m. (S1) und (U28)
Route: Goßdorf – Schwarzbachtal – Goßdorfer Raubschloss – Mittelndorf – Bad Schandau, ca. 14 km, mittelschwer
Sonstiges: Ticketserv.mögl. Rucksackverpflegung, Ghs. am Ende mögl.
Wanderleiterin: Ingrid Hoffmann, Tel.: 0351 4537651 oder 0176 32792491
- Sa. 26.10. *Aussichtswanderung zwischen Lampertstein und Ottomühle***
Treff: 8:15 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf.: 8:29 Uhr m. S1 n. Königstein weiter Bus 246 nach Bielatal (Reichstein)
Route: Reichstein – Lampertstein – Brausenstein – Sachsenstein – Johanniswacht – Ottomühle – Schweizermühle; ca. 18 km, 520 Hm
Sonstiges: Ticketservice mögl., Rucksackverpfl., Ghs mögl., zurück m. Bus/Zug
Wanderleiter: Thomas Vollstädt, Tel.: 0172 3505753
- Di. 29.10. *Wesenitz- und Lieblingstal – Kurzwanderung***
Treff: 9:30 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 9:40 Uhr m. S2 n. Pirna, weiter 10:11 Uhr m. RB 71 n. Helmsdorf
Route: Wesenitztal – Dittersbach – Lieblingstal – Eschdorf, ca. 9 km
Sonstiges: VVO TZ 10,70.
Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991

Radtouren

Eine Voranmeldung beim Tourenleiter ist erwünscht.

Bei vorhersehbaren Veränderungen, erfolgt eine Info an alle **angemeldeten Teilnehmer**. Es können sich Interessenten aber auch am angegebenen Treffpunkt einfinden.

Ansprechpartner: Dr. Matthias Kotzsch, Tel.: +49 160 97056574

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

Herbstliche Ausfahrt nach Meißen

Termin: Donnerstag 10.10.24

Treff: 10:00 Uhr am Goldenen Reiter

Route: DD-Neustadt – Radebeul – Sächsische Weinstraße – Coswig – Weinböhla-Niederau – Sörnewitz – Meißen – Rechtselbischer Fahrradweg – DD Altstadt.

Gesamtstrecke: ca. 60-65 km

Schwierigkeitsgrad: leicht, befestigte Wege

Sonstiges: Selbstverpflegung, Einkehr möglich (Weingut)

Kräuterexkursionen mit Astrid Papmahl

Anmeldung erforderlich unter Mobil: +49 162 2584462, Mail: kraeuterdd@gmx.de, Wetterbedingte Änderung mögl. Alle **angemeldeten Teilnehmer** werden durch die Kursleiterin informiert

1. Exkursion - Herbstliche Wildfrüchte sammeln

Termin: Donnerstag 10.10.24

Treff: 10:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: Diese wird nach Aufkommen an Früchten und Pilzen rechtzeitig bekannt gegeben.

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

Kleine Verkostung 2 € p. P.

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände, Anmeldung erforderlich

2. Exkursion - Herbstliche Wildfrüchte sammeln

Termin: Mittwoch 23.10.24

Treff: 10:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: Diese wird nach Aufkommen an Früchten und Pilzen rechtzeitig bekannt gegeben.

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

Kleine Verkostung 2 € p. P.

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände, Anmeldung erforderlich

Volkliedersingen – unter Leitung von Volkmar Stephani

Termin: Mittwoch 09.10. und 23.10.2024

Zeit: 17:00 bis 19:00 Uhr

Ort: Begegnungsstätte der Volkssolidarität „Am Nürnberger Ei“,
Nürnberger Straße 45, 01187 Dresden

Am Tag des Volkliedersingens gibt der Leiter Volker Stephani auf seinem AB unter Tel.: 0351-8494008 von 10:00 – 16:00 Uhr Auskunft darüber, ob das Singen stattfindet.

Der Vorstand gratuliert seinen Jubilaren

- Zum 85.** Erika Klein
Hannelore Schubert
Helmut Treletzki
Antje Elschner
Roselies Eisel
- Zum 80.** Susanne Kautzschmann
Margit Müller
- Zum 75.** Sybille Thomas
Gertraude Horeni
Thomas Sodemann
Hannelore Schreier
- Zum 70.** Ingrid Bickel
- Zum 65.** Martina Rösler
- Zum 60.** Petra Müller

