

## **Monatsprogramm März 2026**

### **Neu: Skat- und Rommè Nachmittag im März**

Wann: Freitag den 20.03.2026 um 15:00 Uhr  
Wo: Sportraum Jahnstraße 5a, 01067 Dresden

Wir laden Sie ein, zu einem gemütlichen Nachmittag mit Spiel und Spaß! Gerne können auch eigene Spiele mitgebracht werden. Für eine Tasse Kaffee oder Mineralwasser ist gesorgt. Bitte bringen Sie Wechselschuhe mit.

Unkostenbeitrag: 2,00 € / pro Person

Bitte melden Sie sich dafür per E-Mail, telefonisch oder persönlich in unserer Geschäftsstelle, bis zum 19.03.2026 an.

### **Vorankündigung für April**

#### **Vortrag mit Heilpraktikerin Judith Stransky - Osteopathie und Spagyrik**

Wann: Freitag den 10.04.2026 um 14:00 Uhr  
Wo: Sportraum Jahnstraße 5a, 01067 Dresden

Bitte melden Sie sich dafür per E-Mail, telefonisch oder persönlich in unserer Geschäftsstelle, bis zum 08.04.2026 an.

Unkostenbeitrag: 5,00 € /pro Person

### **Erinnerung an die Anmeldung - 35 Jahre Kneipp-Verein Dresden e.V.**

Festveranstaltung am Samstag, den 11.04.2026 um 13:30 Uhr, im "Hotel Elbflorenz, für die Mitglieder des Kneipp-Verein Dresden e.V.

Eine verbindliche Anmeldung per E-Mail, telefonisch oder persönlich in unserer Geschäftsstelle, ist **bis zum 12.03.2026** erforderlich. Wir freuen uns auf Sie!

## **Volksliedersingen**

Termin: Mittwoch, 11.03.26 (VS) und 25.03.26 (HN) von 17:00 – 19:00 Uhr  
Ort: Begegnungsstätte der Volkssolidarität „Am Nürnberger Ei“,  
Nürnberger Straße 45, 01187 Dresden

Informationen dazu erhalten Sie auf den Anrufbeantwortern von Volkmar Stephani, (VS) Tel.: 0351 8494008; Hartmuth Nötzold (HN), Tel.: 0351 4715205.

## **Kegeln mit dem Kneipp – Verein**

Termin: Donnerstag, 12.03. und 26.03.2026 von 13:00 – 17:00 Uhr  
Ort: Kegelsportverein Dresden-Tolkewitz, Tolkewitzer Str. 61  
Leitung: Dieter Fuchs, Anmeldung möglich unter Tel. 0351 4126667

## **Yoga (03.03. – 19.05.2026)**

Dienstag: 17:30 – 19:00 / 19:30 – 21:00 Uhr, Sportraum 1, Wettiner Platz 10a  
Kursleiterin: Olga Schlett

## **Wanderungen**

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

### **Do. 05.03. Von Hosena durch die Bucksche Schweiz**

**Treff:** 8:40 Uhr DD-Neustadt, Abf.: 8:57 Uhr mit RE15 nach Hosena Bhf.  
**Route:** Hosena - Bucksche Schweiz – Reickwitz – Aussichtsturm – Südsee - Großkoschen  
**Sonstiges:** Rucksackverpfl., ca. 16 km,  
**Wanderleiter:** Dieter Tarz, Tel.: 0152 21913585 oder 0351 4963229

### **Sa. 07.03. Saubachtal und Tännichtgrund**

**Treff:** 8:45 Uhr DD-Hbf. Anzeigetafel, Abf.: 8:58 Uhr m. Tram 10 bis Krankenhaus Friedrichstadt, weiter Bus 68 bis Cossebaude, weiter m. Bus 404 bis Gauernitz  
**Route:** Gauernitz – Saubachtal – Prinzbachtal – Weistropp – Tännichtgrund – Niederwartha  
**Sonstiges:** Rucksackverpflegung, ca. 15 km  
**Wanderleiterin:** Eva-Maria Harzer, Tel.: 0351 32322064 oder 0152 7932735

<b>Di. 10.03.</b>	<b>Von der Dippoldiswalder Heide nach Kreischa/ <i>Kurzwanderung</i></b>
<b>Treff:</b>	9:25 Uhr Busdepot Ammonstr., Abf.: 9:30 Uhr m. Bus 360 bis Abzw. Reinberg
<b>Route:</b>	Heidemühlenteich – Karsdorf – Quohren – Kreischa, ca. 10 km
<b>Sonstiges:</b>	Ticket: DD + Freital
<b>Wanderleiter:</b>	Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991
<b>Mi. 11.03.</b>	<b><i>Teiche u. Wasserschloss – Rund um Radeburg</i></b>
<b>Treff:</b>	9:30 Uhr DD-Neustadt vor Rossmann, Abf.: 9:49 Uhr m. Bus 477
<b>Route:</b>	Niederrödern – Grossteich – Wasserschloss Zschorna – Niederteich – Radeburg
<b>Sonstiges:</b>	Rucksackverpfl., Ghs. mögl., ca. 13 km
<b>Wanderleiterin:</b>	Ingrid Hoffmann, Tel.: 0351 4537651 oder 0176 32792491
<b>Sa. 14.03.</b>	<b><i>Kulturhistorische Wanderung um die Festung Königstein</i></b>
<b>Treff:</b>	9:15 Uhr DD-Hbf. Kuppelh. Abf.: 9:29 Uhr m. S1 bis Königstein
<b>Route:</b>	Königstein – Latzhütte – Patrouillenweg – Schloss Thürmsdorf – Kleiner Bärenstein – Mausoleum – Pehna-Fall – Königstein, ca. 15 km, 450 Hm, mittelschwer
<b>Sonstiges:</b>	Ticket: 3 Tarifzonen, Rucksackverpflegung
<b>Wanderleiter:</b>	Ulrich Simon, Tel.: 0157 84298640
<b>Di. 17.03</b>	<b><i>Von Geising zum Schloss Lauenstein</i></b>
<b>Treff:</b>	8:45 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf.: 8:59 Uhr S1 n. Heidenau, weiter um 9:18 Uhr nach Geising Bhf.
<b>Route:</b>	Geising – Altenberger Weg – Schloss Lauenstein – Geising
<b>Sonstiges:</b>	Rucksackverpfl., ca. 16 km
<b>Wanderleiter:</b>	Dieter Tarz, Tel.: 0152 21913585 oder 0351 4963229
<b>Mi. 18.03.</b>	<b><i>Quohren Kipse und Wilisch</i></b>
<b>Treff:</b>	9:09 Uhr m. Bus 360 bis Karsdorf
<b>Route:</b>	Karsdorf – Kipsenkönigin – Hermsdorf – Wilisch – Lungkwitz – Kreischa
<b>Sonstiges:</b>	Rucksackverpfl., festes Schuhwerk, ca 11 km
<b>Wanderleiter:</b>	Dietmar Zeiler, Tel.: 0152 03824077, 0351 4766186
<b>Sa. 21.03.</b>	<b><i>Ins Jahnatal</i></b>
<b>Treff:</b>	9:00 Uhr DD-Hbf. Anzeigetafel, Abf.: 9:12 Uhr mit RE50 bis Riesa
<b>Route:</b>	Riesa – Wassermühle Oelsitz – Jahnishausen – Nickritz – Riesa
<b>Sonstiges:</b>	Rucksackverpflegung, ca. 15 km
<b>Wanderleiterin:</b>	Silvina Schäfer, Tel.: 0176 97830543

- Di. 24.03.** ***Himmelschlüssel am Hirschstein / Kurzwanderung***  
**Treff:** 9:20 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle-Ritter Sport Turm, m. S1 n. Meißen  
weiter Bus 446 nach Bahra  
**Route:** Bahra, Neuhirschstein Str. – Felsenburg Althirschstein – Schloss Hirschstein – Göhrischfelsen – Weg zur Hebelei, ca. 9 km, 90 Hm  
**Sonstiges:** Kleingruppenkarte mögl., Rucksackverpflegung  
**Wanderleiter:** Jörg Meese, Tel.: 0157 37890077
- Mi. 25.03.** ***Der D.A.V. – Bergtest Wehlen / Teil 1***  
**Treff:** 9:10 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf.: 9:29 Uhr m. S1 n. Stadt Wehlen  
**Route:** Wehlen-Pötzscha – Kleines Felsentor – Thürmsdorf – Festung Königstein – ehem. Palmenschänke – Stadt Königstein – Pfaffenstein – Pfaffendorf – Schöne Aussicht – Königstein, Bf.  
**Sonstiges:** Rucksackverpfl., ca.12 km, anspruchsvoll, zurück ca. 15:58 Uhr  
**Wanderleiter:** Karsten Gliesche, Tel.:0170 1205733
- Do. 26.03.** ***In die Sächsische Schweiz - Schwedenlöcher***  
**Treff:** 9:20 Uhr DD-Hbf., Abf.:9:29 Uhr, m. S1 bis Wehlen  
**Route:** Rathen – Amselgrund – Schwedenlöcher – Steinerne Tisch – Höllengrund – Wehlen, ca. 12 km  
**Sonstiges:** Rucksackverpflegung  
**Wanderleiterin:** Sylke Zänker, Tel.: 0152 37719379
- Sa. 28.03.** ***Rund um den Falkenstein***  
**Treff:** 8:15 Uhr DD-Hbf. Kuppelhalle, Abf.: 8:29 Uhr m. S1 n. B. Schandau  
**Route:** B. Schandau – Schillerpromenade – Adamsberg – Dorfbachklamm – Liebendorf – AP Falkenstein – Ostrau – B. Schandau  
**Sonstiges:** Zurück m. S1, Rucksackverpfl., Ghs. mögl., ca. 16 km, 470 Hm  
**Wanderleiter:** Thomas Vollständt Tel.: 0172 9878024

## **Neuigkeiten**

Wir freuen uns mit einem neuen Wanderleiter und einem neuen Radtourenleiter in den Frühling zu starten!

**Wanderleiter Jörg Meese** verstärkt unser Wanderleiterteam und  
**Radtourenleiter Andreas Kügler** freut sich auf interessante Fahrradtouren mit Ihnen.

Beide verfügen bereits über umfangreiche und langjährige Erfahrungen bei der Durchführung.

## **Fahrradtouren (Vorschau)**

### **Radtouren des Kneipp-Verein mit dem Radtourenleiter Andreas Kügler**

#### **Vorschau der Termine im 1. Halbjahr 2026:**

Ostersonntag 05.04.2026 Osterreiter in der Sorbischen Oberlausitz  
Sonntag, 10.05.2026 Ausfahrt zur Kirche Röhrsdorf im Meißner Land  
Sonntag, 14.06.2026 Ausfahrt zum (ehemal.) Versteck der Sixtinischen Madonna

Geplant ist jeweils eine Wochenend-Tour im Monat, die Tour-Details sind im jeweiligen Monatsprogramm aufgeführt.

Ansprechpartner: Andreas Kügler, Tel.: 0351 412 9909,

## **Anradeln 2026 - Zwischen Dresden und der Sächsischen Schweiz**

**Termin:** **Donnerstag, 26.03.2026**

**Treff:** 10:00 Uhr, DD-Bühlau, Ullersdorfer Platz.

**Route:** DD-Bühlau – Weißig – Radweg Alter Bahndamm (Weißig bis Porschendorf) – Lohmen – Dorf Wehlen – Abfahrt nach Stadt Wehlen – Elbradweg bis DD-Blasewitz.

**Gesamtstrecke:** Bühlau - Blasewitz ca. 50-55km. Befestigte Wege (gr  tstenteils asphaltiert). Schwierigkeitsgrad: leicht bis mittel.

**Sonstiges:** Selbstverpflegung; Einkehr möglich.

Eine Voranmeldung beim Tourenleiter wäre wünschenswert, ansonsten können sich die Interessenten aber auch am angegebenen Treffpunkt einfinden.

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

Ansprechpartner: Dr. Matthias Kotzsch

Tel.: 0160 97056574; E-Mail: [m.kotzsch@t-online.de](mailto:m.kotzsch@t-online.de)

## **Kneipp – Frühlingsmotivation – Wir bringen Bewegung ins Leben**

Das Kneippsche Gesundheitskonzept hat ´berdauert und sich stetig weiterentwickelt. Aus der ursprünglichen Wasser- und Kr  uterheilkunde entstand ein ganzes und hoch anerkanntes Gesundheitskonzept. Leben nach Kneipp ist einfach, kostet fast nichts – nicht einmal viel Zeit – und bringt den Menschen in Bewegung. Das macht gesund (oder noch gesünder), bewirkt ein hoch wirksames Immunsystem, umfassende Fitness, ´berdurchschnittliche Stressresistenz und gute Stimmung. Ideal für jedes Alter, jeden Geldbeutel, jeden Bildungsstand, jede Lebenseinstellung – und gleichermaßen für Gesunde und Kranke. [www.kneippbund.de](http://www.kneippbund.de)

## Kräuterexkursionen mit Astrid Papmahl

Anmeldung erforderlich: 0162 2584462 oder kraeuterdd@gmx.de,  
wetterbedingte Änderung möglich, alle **angemeldeten Teilnehmer** werden durch die  
Kursleiterin informiert.

### **1. Frühling im Auwald**

**Termin:** **Do. 19.03.26**

**Treff:** 9:00 Uhr DD-Hbf. Gleis 9

**Route:** wird auf der Fahrt bekannt gegeben

**Inhalt:** Wir entdecken das Biotop Auwald und lernen spezifisch dort wachsende Pflanzen und Pilze kennen.

**Sonstiges:** ca. 5-6 h, leichtes Gelände, Rucksackverpflegung

### **2. Frühlings Erwachen am Stadtrand**

**Termin:** **Mi. 25.03.26**

**Treff:** 9:30 Uhr DD-Hbf., Unter den Gleisen

**Route:** Durch den Nöthnitzgrund

**Inhalt:** Wir starten in die neue Kräutersaison, suchen erste Frühlingskräuter und befassen uns mit dem vitalstoffreichen Start in das Frühjahr.

Kleine Verkostung 2 € p. P.

**Sonstiges:** ca. 5 km, leichtes Gelände, Rucksackverpflegung

**Wir gratulieren allen Jubilaren und Geburtstagskindern recht herzlich!  
Für das neue Lebensjahr wünschen wir viel Gesundheit, Glück und Freude.**

