



# Kneipp

VEREIN

Dresden e.V.



Wasser



Bewegung



Ernährung



Heilpflanzen



Lebensordnung

## Programm 2026



## 35 Jahre Kneipp-Verein Dresden e.V.

Liebe Kneipp-Freunde, unser Verein wird 35 Jahre!

1991 wurde der Kneipp-Verein Dresden e.V. gegründet und seit 35 Jahren erfahren wir nun eine große Resonanz. Also, alles richtig gemacht! Am 11. April 2026 werden wir dieses Jubiläum taggenau mit einer Feier begehen.

Wasser, Bewegung, Ernährung, Lebensordnung und Heilpflanzen - das sind Schlagwörter, die unseren Verein prägen. Nicht nur zu Sebastian Kneipp's Zeiten, im 19. Jahrhundert, auch in der heutigen Zeit sind diese Dinge hochaktuell und können ein Gewinn für die Lebensqualität sein. Unser Verein bietet Ihnen viele Möglichkeiten für eine ganzheitliche Gesundheitsprävention. Es liegt bei Ihnen, diese zu nutzen.

Unsere Kursangebote sind für alle Bevölkerungsschichten und Altersgruppen angelegt. Wir legen Wert auf Geselligkeit sowie Gemeinschaftsinn und prüfen oder erweitern regelmäßig unser Angebot.

Mit unserem KNEIPP®- BILDUNGSWERK und den angebotenen Seminaren sind wir Partner von Einrichtungen für frühkindliche und schulische Bildung und Erziehung.

Lassen Sie uns gemeinsam Körper, Geist, und Seele in Einklang bringen. Wir freuen uns auf Sie!



Ihr Kneipp-Team

Birgit Ullmann  
Ulrich Simon  
Renate Martinek

Vorstand des  
Kneipp-Verein Dresden  
e.V.

## KONTAKTMÖGLICHKEITEN

[www.kneipp-dresden.de](http://www.kneipp-dresden.de)

### Kneipp-Geschäftsstelle

Wettiner Platz 10  
01067 Dresden

Tel.: 0351 - 27559241  
0351 - 2814789  
0351 - 4901366

### Vorstand Beirat

[verein@kneipp-dresden.de](mailto:verein@kneipp-dresden.de)  
[vorstand@kneipp-dresden.de](mailto:vorstand@kneipp-dresden.de)  
[beirat@kneipp-dresden.de](mailto:beirat@kneipp-dresden.de)

### Öffnungszeiten

Montag	10:00 Uhr - 16:00 Uhr
Dienstag	10:00 Uhr - 14:00 Uhr
Mittwoch	10:00 Uhr - 14:00 Uhr
Donnerstag	10:00 Uhr - 14:00 Uhr
Freitag	geschlossen

### BEITRITT

Für Interessierte sind Beitrittsformulare im Internet, in der Geschäftsstelle und bei den Übungs- und Wanderleitern erhältlich. Es gilt eine Mindestmitgliedschaft von einem Jahr.

### MITGLIEDSBEITRÄGE

Die Beitragszahlung erfolgt vierteljährlich per SEPA-Lastschriftentzug. Unfall- und Haftpflichtversicherung sowie Unkosten für das Kneipp-Journal und die Jahres- und Monatsprogramme sind im Beitrag enthalten.

Kinder und Jugendliche unter 18 Jahre können bei Einwilligung der Eltern Einzelmitglied werden. Sie sind als Kursteilnehmer unfallversichert, erhalten aber kein Kneipp-Journal.

<b>Monatsbeitrag</b>	Kinder/Jugendliche unter 18 J.	<b>2,00 €</b>
	Erwachsene	<b>5,00 €</b>
	Ehepaare/Familie	<b>8,00 €</b>
	Kitas	<b>5,00 €</b>
	Schulen	<b>8,00 €</b>
	Senioreneinrichtungen	<b>20,00 €</b>

## VERÄNDERUNGEN

Bei Änderungen von Namen, Anschriften, Bankverbindungen, E-Mailadressen o. ä. bitten wir um schriftliche Information an die Geschäftsstelle. Entstehen Kosten infolge nicht gemeldeter Veränderungen, wird der Verursacher damit belastet.

## AUSTRITTE

Austrittserklärungen sind unter Beilage des Mitgliedsausweises bis Ende eines Quartals schriftlich an die Geschäftsstelle des Kneipp-Verein Dresden e.V. zu richten. Die Kündigungsfrist für Kinder beträgt einen Monat und hat ebenfalls in Schriftform zu erfolgen.

## UNSERE KURSLEITER

Kürzel	Name	Kürzel	Name
AB	Annegret Bergelt	MR	Maria Rose
AK	Antje Köckeritz	MS	Matthias Schnitzer
AS	Antje Seydel	OS	Olga Schlett
AR	Annegret Rüdiger	OSi	Olga Siemens
BS	Bettina Schneider	RD	Romy Dersin
CK	Carina Köcher	RK	Rita Kanig
EG	Eduard Grynyuk	SP	Sabine Pavel
GI	Gabriele Irmscher	SW	Susanna Wadehn
GP	Gabriele Petzold	UJ	Ute Jäpel
GS	Gesine Stein	UK	Uta Kurze
HK	Heidi Kemper		
IS	Ilona Sander		
IR	Isabell Reinhardt	ATLA	Kursleiter von ATLA Sport & Gesundheit
KD	Karin Dreyer		
MB	Mary Belzing		

## KURSGEBÜHREN

Für die Teilnahme an unseren Angeboten (außer REHA) wird eine Gebühr erhoben. Sie unterscheidet sich nach Art, Ort und Zeit der Veranstaltungen.

Kursort	ÜE	Gebühr für Mitgl./ÜE	Gebühr für Nichtmitgl./ÜE
<b>Schulturnhallen</b>	60 min	3,00 €	5,00 €
<b>Margon Arena</b>	60 min	4,00 €	6,00 €
<b>Sporträume Wettiner Platz und Jahnstraße</b>	60 min	4,00 €	6,00 €
	90 min	6,00 €	9,00 €
<b>außer:</b>			
Seniorentanz	90 min	4,00 €	6,00 €
Qi Gong	60 min	4,00 €	6,00 €
<b>ATLA, Haydnstr.</b>	60 min	4,00 €	6,00 €
<b>SEC</b> - Gymnastik	60 min	4,00 €	6,00 €
<b>Bäder</b>			
- Bühlau	jeweils 45 min	5,50 €	7,00 €
- Elbamare		6,00 €	7,50 €
- Freiburger Platz		5,50 €	7,00 €
- Prohlis		5,50 €	7,00 €
- Nordbad		5,50 €	7,00 €
<b>Im Freien</b> - Sportplätze	60 min	20,00 €	35,00 €
		10er Karte	10er Karte
- Nordic Walking	60 min	20,00 €	35,00 €
		10er Karte	10er Karte

Die Kursgebühr ist zu Beginn des Kurses komplett zu entrichten (i.d.R. quartalsweise). Fehlzeiten werden nicht verrechnet, können aber in Absprache mit der Kursleitung in einem anderen Kurs nachgeholt werden. In Härtefällen (lange Krankheit, Pflege von Angehörigen u. ä.) kann ein Antrag auf Erstattung gestellt werden. Dieser ist schriftlich bei der Geschäftsstelle einzureichen.

## PROGRAMM DES KNEIPP®-Bildungswerks Dresden

.....

### UNSERE ANGEBOTE

Mit Lust und Laune Sport zu treiben - das ist in jedem Alter die Voraussetzung für ein gesundes Leben. Unsere Teilnehmer\*innen sollen Freude an Bewegung erfahren, Kondition und Beweglichkeit schulen und das Immunsystem stärken. Unter fachlicher Anleitung werden Ihnen Gymnastik, Spiel und Entspannung mit Gleichgesinnten angeboten. Unsere zertifizierten Kursleiter, Wanderleiter und Mitarbeiter freuen sich darauf, mit Ihnen gemeinsam etwas für Ihr Wohlbefinden zu tun.

#### GYMNASTIK / REHASPORTKURSE

**HALTUNG + BEWEGUNG DURCH GANZKÖRPERTRAINING-** ist besonders für Personen mit orthopädischen Beschwerden oder Lungenerkrankungen und Long/Post Covid geeignet.

Selbstverständlich sind die Kurse auch als vorbeugende Maßnahme möglich.

#### Montag:

Kurs Nr.	Kurszeit	Kursort	Stadtteil	Kursleiter
1201	09.30 - 10.30	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	UJ
1704	11.00 - 12.00			UJ
1106	13.30 - 14.30			OSi
1110	15.00 - 16.00			OSi
1118	16.30 - 17.30	Sport 1, Wettiner Platz 10a		BS
1116	18.00 - 19.00			BS
1114	19.30 - 20.30			BS

2802	16.30 - 17.30	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	RK
2801	18.00 - 19.00			RK
0108	14.30 - 15.30	Margon Arena, Bodenb. Str. 154, Halle B	Dobritz	CK
0217	16.00 - 17.00	Schule zur LF "A. Schweitzer" Gymnastikraum, G.-Palitzsch-Str. 42	Prohlis	SP
0218	17.00 - 18.00			SP
0101	16.00 - 17.00	135. GS/TH, Amalie-Dietrich-Platz 10	Gorbitz	GS
0109	17.00 - 18.00			GS
0107	20.00 - 21.00	63. GS/TH, Wagnerstr. 24/26	Blase- witz	KD

## Dienstag:

1202	09.00 - 10.00	Sport 1, Wettiner Platz 10a	Altstadt	GP
1104	10.30 - 11.30			BS
1101	14.00 - 15.00			BS
2202	09.30 - 10.30	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	UJ
2101	11.00 - 12.00			UJ
1701	12.30 - 13.30			UJ
2201	14.00 - 15.00	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	GP
1206	15.30 - 16.30			GS
0210	10.00 - 11.00	ATLA Sport & Gesundheit Haydnstr. 41	Striesen	ATLA
0223	11.00 - 12.00			ATLA
0220	10.00 - 11.00	Margon Arena, Bodenb.Str. 154, Halle B Halle C	Dobritz	IR
0221	11.15 - 12.15			IR
0111	18.30 - 19.30	TH / Albert-Schweitzer-Schule, Georg-Palitzsch-Str. 42	Prohlis	SP/
0112	19.30 - 20.30			RD
0105	19.00 - 20.00	93. GS/TH, Dobritzer Weg 1	Dobritz	IS

## Mittwoch:

0212	09.00 - 10.00	Margon Arena, Bodenb. Str. 154, Halle B	Dobritz	IR
0222	10.00 - 11.00	" Halle B		IR
0219	11.15 - 12.15	" Halle C		IR
0114	09.45 - 10.45	Turnhalle, Mengsstr. 19	Übigau	BS
0115	11.00 - 12.00			BS
1102	09.30 - 10.30	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	OSi
1702	11.00 - 12.00			OSi
2204	13.00 - 14.00	Lungenerkrankungen+Long/Post Covid		AB
2205	14.15 - 15.15			AB
2206	15.30 - 16.30			AB
1113	17.00 - 18.00			OSi
1109	18.30 - 19.30			OSi
1209	17.00 - 18.00	Sport 1, Wettiner Platz 10a	Altstadt	AB
0214	17.00 - 18.00	Schule zur LF "A. Schweitzer"	Prohlis	EG
0211	18.00 - 19.00	Gymnastikraum, G.-Palitzsch-Str. 42		EG
0106	18.00 - 19.00	44. GS/TH, Salbachstr. 10	Tolkewitz	CK
0120	20.00 - 21.00	TH/Terrassenufer 15, Eing.Gerichtsstr.	Joh.stadt	KD

## Donnerstag:

0216	08.45 - 09.45	Margon Arena, Bodenb. Str. 154, Halle B	Dobritz	IR
0203	10.00 - 11.00			IR
1703	09.30 - 10.30	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	UJ
1204	11.00 - 12.00			UJ
2803	18.30 - 19.30			GP
1706	14.30 - 15.30	Sport 2, Jahnstr. 5a Lungenerkrankungen+Long/Post Covid	Altstadt	AB
1117	16.30 - 17.30	Sport 1, Wettiner Platz 10a	Altstadt	BS
1105	18.00 - 19.00			BS
1115	19.30 - 20.30			BS
0206	10.00 - 11.00	ATLASport & Ges., Haydnstr. 41	Striesen	ATLA
0121	14.00 - 15.00	Effective Fitness im SEC Enderstr. 59	Seidnitz	OSi
0703	15.15 - 16.15			OSi
0119	16.30 - 17.30			OSi

## Freitag:

0213	08.45 - 09.45	Margon Arena, Bodenbacher Str. 154, Halle B	Dobritz	UK
0215	09.45 - 10.45			UK
1203	09.00 - 10.00	Sport 1, Wettiner Platz 10a	Altstadt	CK
1705	10.30 - 11.30			CK

### ► WICHTIGER HINWEIS FÜR ALLE SPORTKURSE:

Im Jahresverlauf sind organisationsbedingte Änderungen der Kurszeiten möglich. Achten Sie bitte auf Informationen der Kursleitung.

# Kondition / Wassergymnastik

## KONDITIONSGYMNASTIK -

Das Ausdauertraining im Freien ist bestens geeignet für Personen, die auf gelenkschonende Weise die Ausdauerleistung ihres Herz-Kreislauf-Systems verbessern wollen. Das Walken ist ein wesentlicher Bestandteil der Konditionsgymnastik. Regelmäßiges Walking verbessert die Durchblutung, kräftigt die Muskulatur und entlastet damit die Knochen, Gelenke und Bänder.

0813	Do 10.00 - 11.00	Sportplatz, Bärensteiner Straße	Striesen	MS
0810	Di 09.00 - 10.00	Sportplatz neben Margon Arena	Dobritz	IR

## NORDIC WALKING -

Nordic Walking, ein schnelles Gehen mit speziellen Stöcken, ist eine Verschmelzung von Walking, Skilaufen und Trekking. Nordic Walking verbessert die Kondition und trainiert viele Muskelgruppen.

0805	Mo 09.00-10.00	Treff: Haupteing. Zoo / Parkpl.	Altstadt	MS
	Mi 08.45-09.45 Mi 18.00-19.00	Treff: Sportplatz Lockwitzgrund	Lockwitz	MS
0809	Mi 10.05-11.05	Treff: Haupteingang Zoo	Altstadt	IR

## WASSERGYMNASTIK / AQUAJOGGING -

ist für Personen mit rheumatischen Erkrankungen wie Arthrose, Wirbelsäulen- und Gelenkbeschwerden sowie Übergewicht, zur Kräftigung und Mobilisation des Stütz- und Bewegungsapparates geeignet.

### Montag

0303	14.00-14.45	Schwimmhalle <b>Prohlis</b> Flachwasser Georg-Palitzsch-Str. 50	Prohlis	EG
0305	14.45-15.30			EG
0330	15.45-16.30			EG
0320	16.30- 17.15			EG
0321	17.15 -18.00			EG

0307	10.15 - 11.00	<b>Nordbad</b>	Flachwasser	Neustadt	EG
0308	11.00 - 11.45	Louisenstr. 48			EG
0309	11.45 - 12.30				EG

0318	10.45 - 11.30	<b>Elbamare</b>	Tiefwasser	Gorbitz	AK
0319	11.30 - 12.15	Wölfnitzer Ring 65			AK
0328	12.25 - 13.10				AK
0329	13.10 - 13.55				AK

## Dienstag

0324	14.30 - 15.15	Schwimmhalle <b>Bühlau</b>	Tiefwasser	Bühlau	EG
0325	15.15 - 16.00	Bautzner Landstr. 92	Flachwasser		EG
0326	16.45 - 17.30		Flachwasser		EG
0327	17.30 - 18.15		Flachwasser		EG

0322	15.15 - 16.00	Schwimmhalle <b>Prohlis</b>	Flachwasser	Prohlis	EG
		Georg-Palitzsch-Str. 50			

## Mittwoch

0301	07.15 - 08.00	Schwimmhalle <b>Freiberger Platz</b>	Flachwasser	Mitte	AS
------	---------------	--------------------------------------	-------------	-------	----

## Donnerstag

0323	15.00 - 15.45	Schwimmhalle <b>Prohlis</b>	Tiefwasser	Prohlis	IR
		Georg-Palitzsch-Str. 50			

## Freitag

0316	14.00 - 14.45	Schwimmhalle <b>Prohlis</b>	Flachwasser	Prohlis	EG
		Georg-Palitzsch-Str. 50			

► In den Schulferien finden in der Regel keine Wasserkurse statt.

## SENIORENTANZ -

ermöglicht geselliges Tanzen für Frauen und Männer. Auch mit kleiner Behinderung ist ein Einstieg jederzeit möglich. Der Tanzkurs bietet Gemeinschaft, fördern Kommunikation und lässt die Freude an der Musik und Bewegung aufleben. Getanzt wird nicht paarweise sondern in der Gruppe.

### Erlebnistanz für Senioren

<b>2602</b>	<b>Do 12.30 - 14.00</b>	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	GS
-------------	-------------------------	----------------------	----------	----

### Gesellige Tänze aus aller Welt

<b>2604</b>	<b>Fr 10.00 - 11.30</b>	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	SW/ HK
-------------	-------------------------	----------------------	----------	-----------

## LINE DANCE -

ist ein Formationstanz und wird nach Country-Musik, Rock und Pop getanzt. Line Dance ist vielseitig, garantiert Lernerfolge, trainiert Konzentration und Kondition.

<b>2809</b>	<b>Di 16.45 - 18.15</b>	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	GI
<b>2807</b>	<b>Di 18.15 - 19.15</b>			
<b>2808</b>	<b>Do 16.30- 18.00</b>	Sport 2, Jahnstr. 5a	Altstadt	MB

## HATHA-YOGA -

Yoga ist ein jahrtausendealtes indisches Selbsterfahrungssystem. Beim Hatha-Yoga (Körper-Yoga) erlernen Sie einfache Übungen und klassische Asanas (Atem-, Konzentrations- und Meditationsübungen).

- Anmeldung ist erforderlich! Bitte bei allen Yoga-Kursen warme und bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen!

<b>1401</b>	<b>Di 17.30 - 19.00</b>	Sport 1, Wett. Pl.10a, Grundkurs 1	Altstadt	OS
<b>1402</b>	<b>Di 19.30 - 21.00</b>	Grundkurs 2		OS

## QIGONG -

eine jahrtausendealte chinesische Gesundheitsmethode.

Das System von Körper-, Atem- und Meditationsübungen dient der Schulung des Körpers, der Atmung und des Geistes. Qigong ist eine wirksame Hilfe bei Alltagsbeschwerden und kann von allen, unabhängig von Alter und Vorkenntnissen, erlernt werden.

2401	Mi 10.30-12.00	Sport 1, Wettiner Platz 10a	Altstadt	RK
1404	Fr 17.00-18.00	Sport 1, Wettiner Platz 10a	Altstadt	AR

## VOLKSLIEDERSINGEN-

Singen ist gesund, denn es macht Freude, baut Blockaden ab, unterstützt die Atmung und fördert die Konzentrationsfähigkeit. Unser buntgemischter Chor freut sich über Verstärkung in jeder Altersgruppe.

**Ort:** Begegnungsstätte der Volkssolidarität "Am Nürnberger Ei"  
Nürnberg Str. 45, 01187 Dresden

**Zeit:** Mittwoch 17.00 bis 19.00 Uhr

**Leiter:** Volkmar Stephani 0351/8494008  
Hartmuth Nötzold 0351/4715205

Die Termine werden im Monatsplan und auf der Homepage veröffentlicht.

**Kosten:** 2,00 € für Mitglieder 3,00 € für Nichtmitglieder

## KEGELN

findet jeden 2. und 4. Donnerstag von 13.00 - 17.00 Uhr statt.

Ein laufender Einstieg ist möglich

Kegelsportverein Dresden-Tolkewitz, Tolkewitzer Straße 61

Straßenbahn Li. 6 u. 10/12 bis Gustav-Freytag-Straße

**Leitung:** Dieter Fuchs, Anmeldung erforderlich, Tel.: 0351 4126667

Die jeweiligen Termine werden im Monatsplan und auf der Homepage veröffentlicht.

**Kosten:** 2,00 € für Mitglieder 3,00 Euro für Nichtmitglieder

## WANDERUNGEN/KRÄUTEREXKURSIONEN/FAHRRADTOUREN

Der beste Weg zur Gesunderhaltung ist der Fuß-, Rad- und Wanderweg. Entsprechend der Kneippchen Säule bieten wir vielfältige Möglichkeiten für Bewegung und Begegnungen an. Alle aktuellen Angebote finden Sie auf unserer Internetseite **[www.kneipp-dresden.de](http://www.kneipp-dresden.de)** und den jeweiligen Monatsprogrammen. Eine Halbjahresübersicht erscheint in den Monaten Dezember und Juni. Die Teilnahme bei Wanderungen muss nicht angemeldet werden. Interessenten finden sich am angegebenen Treffpunkt ein. Bei Fragen kontaktieren Sie bitte die jeweilige Wanderleitung. Bei Fahrradtouren und Kräuterexkursionen ist eine Voranmeldung erforderlich.

- Bitte zu jeder Wanderung den Mitgliedsausweis mitbringen!

**Besichtigungen/Kurzwanderungen:** 1,00 € für Mitglieder  
2,00 € für Nichtmitglieder

**Ganztageswanderungen/Kräuterexkursion:** 2,00 € für Mitglieder  
4,00 € für Nichtmitglieder

**Radwanderungen** 3,00 € für Mitglieder  
5,00 € für Nichtmitglieder

**WANDERUNGEN** Erfahrene Wanderleiter führen Sie zu interessanten Orten in die nähere und weitere Umgebung von Dresden. Die Anforderungen der Touren entnehmen Sie der Kilometerangabe (km), Höhenmetern (Hm), dem Streckenverlauf und dem Schwierigkeitsgraden "leicht", "mittelschwer" oder "anspruchsvoll" in den Ausschreibungen. Bei Kurzwanderungen wird in der Regel die Gesamtlänge von 10 km nicht überschritten. Bitte denken Sie an wetterfeste Kleidung, geeignetes Schuhwerk und ein kleines Handtuch für gelegentliche Kneipp-Anwendungen.

### FAHRRAD-TOUREN - mit Dr. Matthias Kotzsch und Andreas Kügler

Die Streckenführung erfolgt meist auf asphaltierten Radwegen und auf Nebenstrecken über Feld- und Waldwege. Dabei wird Wert auf einen leichten bis mittleren Schwierigkeitsgrad bei Streckenlängen von 30-40 km (kurz) oder 60-65 km (mittel) gelegt.

Tel.: M.Kotzsch - 0160 97056574, A.Kügler - 0351 4129909

### KRÄUTEREXKURSIONEN - Astrid Papmahl

Wir führen Exkursionen in unsere nähere Umgebung durch und lernen dabei geschützte Pflanzen, Wildkräuter und deren Verwendung kennen. Unsere Ziele geben wir im jeweiligen Monatsprogramm bekannt. Wir bitten um eine rechtzeitige Anmeldung unter Tel.: 0162 2584462 oder E-Mail: kraeuterddgmx.de



## WANDERREISEN Anmeldung in der Kneipp-Geschäftsstelle

► Mitglieder werden vorrangig berücksichtigt. In Zusammenarbeit mit verschiedenen Reisebüros sowie in Eigenregie führen wir Wander- und Erlebnisreisen in und außerhalb von Deutschland durch. Täglich werden durch unsere Wanderleiter Unternehmungen angeboten und Möglichkeiten für eine gemeinsame Abendveranstaltung. In der Regel stellen uns die Hotels mehr Zweibettzimmer als Einzelzimmer zur Verfügung.

► Der Kneipp-Verein erhebt eine Gebühr für die Bearbeitung, Organisation und Wanderleitung von 10 Euro (Mitglieder) bzw. 30 Euro (Nichtmitglieder). Diese Gebühr ist bei Anmeldung in der Geschäftsstelle in bar zu bezahlen und ist bei Rücktritt nicht erstattungsfähig.

## Reisetermine 2026

### 1. Österreich Alpbachtal / Wildschönau (9 Reisetage)

**Termin:** 07.06. - 15.06.2026, WL Ulrich Simon

### 2. Traumurlaub in Ruhpolding (7 Reisetage)

**Termin:** 31.08. - 06.09.2026, WL Hans-Dieter Tarz

Impressionen vergangener Reisen finden Sie auch auf unserer Website unter <http://www.impressionen.kneipp-dresden.de>

## Unsere Wanderleiter

Eva -Maria Harzer	0351 32322064	Thomas Vollstädt	0351 2847098
		Karsten Gliesche	0170 1205733
Ingrid Hoffmann	0351 4537651	Ulrich Simon	0351 2050445
Silvina Schäfer	03528 416799	Hans-Dieter Tarz	0152 21913585
Sylke Zänker	0152 37719379	Dietmar Zeiler	0351 4766186

## BESONDERE VERANSTALTUNGEN

Hinweise zu den Veranstaltungen finden Sie im jeweiligen Monatsplan.

### SKAT-UND ROMÈTURNIER IM MÄRZ

OSTEOPATHIE UND SPAGYRIK -  
VORTRAG VON JUDITH STRANSKY - HEILPRAKTIKERIN  
(PRAXIS FÜR OSTEOPATHIE IN DRESDEN)

Freitag, 10.04.2026

35 JAHRE KNEIPP-VEREIN DRESDEN.E.V.

Samstag, 11.04.2026

KNEIPP - GEBURTSTAG

Sonntag, 17.05.2026

STERNWANDERUNG – Samstag, 26.09.2026

SILVESTER-WANDERUNG – 31.12.2026 - zur Babisnauer Pappel



# SEMINARE FÜR PÄDAGOGEN/PÄDAGOGINNEN

Uns ist es ein besonderes Anliegen, Kinder zu einer gesunden Lebensweise auf der Basis der fünf Kneipp'schen Elemente zu führen.

Unsere Bildungsangebote richten sich an ErzieherInnen in Kindertagesstätten, Grundschulen und Horten, an MitarbeiterInnen in Senioreneinrichtungen, an Tagespflegepersonen, an ÜbungsleiterInnen des Breiten-/Gesundheitssport und auch an alle anderen Interessierten.

Diese Themen bieten wir als Inhouse - Seminare an:

- I. (Kinder)-Erlebniswelt Kräuter**  
Heilpflanzen und Kräuter mit Kindern erleben und entdecken
- II. Kneipp'sche Wasseranwendungen in Theorie und Praxis**
- III. Stress reduzieren und Immunsystem stärken**
- IV. Entschleunigung durch kreatives Gestalten - in Verbindung mit den 5 Kneipp'schen Elementen in ihrer Ganzheit**
- V. Eine Reise zu den Düften**
- VI. Kinder finden ihr Gleichgewicht durch ganzheitliche Bewegung**
- VII. Lebensordnung in unserer Alltagswelt**
- VIII. Waldbaden mit Kneipp'schen Elementen**
- IX. Kreativworkshop**
  - 1 Nassfilzen in Theorie und Praxis
  - 2 Kleine Hexenwerkstatt  
Mystik, Geschichte, Erfahrungen....
- X. Saunabaden in Theorie und Praxis**
- XI. Arbeit mit Klangschalen**

## Referenten für die Inhouse-Seminare

Berit Partuscheck	- Kneipp®-Gesundheitstrainerin
Dietmar Koch	- Saunameister
Elke Schubert	- Dipl.-Ing. agr., Kräuterexpertin
Daniela Richter	- M.A. Erz.wiss., Klangmassagepraktikerin nach P. Hess
und weitere	

## In eigener Sache

Der Kneipp-Verein Dresden ist Mitglied im Sportsportbund Dresden, im Landessportbund Sachsen, im Sächsischen Behinderten- und Versehrtensportverband (Dachverband aller Behinderten- und Rehabilitationsvereine) und im Kneipp-Landesverband Sachsen. Der Kneipp-Verein Dresden e.V. ist nicht zur Teilnahme am Streitbeilegungsverfahren vor einer Verbraucherschlichtungsstelle verpflichtet und nimmt auch nicht daran teil.

## TÜV-Zertifizierung

Das Management des Kneipp-Verein Dresden e. V. wird in regelmäßigen Abständen vom TÜV Rheinland geprüft und zertifiziert, nach ISO 9001:2015.

## **Dank des KNEIPP®-Bildungswerkes Dresden**

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

STAATSMINISTERIUM FÜR  
SOZIALES, GESUNDHEIT UND  
GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT



---

## Bankverbindung

**IBAN** DE17 8505 0300 3120 1415 68    **BIC** OSDDDE81XXX    Ostsächsische Spark. Dresden

## Impressum

Herausgeber: Kneipp-Verein Dresden e. V. / Amtsgericht Dresden VR 1238  
Fotos: Kneipp-Verein Dresden e. V., Kneipp-Bund e. V., pixabay  
Satz + Layout: Kneipp-Verein Dresden e. V.

## FÜNF GEWINNT DIE KRAFT DER KNEIPPSCHEN ELEMENTE



WWW.KNEIPPBUND.DE

### „Fünf gewinnt - Die Kraft der Kneippschen Elemente“

Das Jahr 2026 steht beim Kneipp-Bund e.V. ganz im Zeichen der fünf Elemente, die das Fundament der Kneippschen Gesundheitslehre bilden: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Unser Jahresmotto „Fünf gewinnt - die Kraft der Kneippschen Elemente“ lädt uns alle ein, diese kraftvolle Vielfalt bewusst in unser Leben zu integrieren.

Oft wird Kneipp vor allem mit dem Element Wasser verbunden - den erfrischenden Güssen, den belebenden Wassertreten und den wohltuenden Bädern. Doch die anderen vier Elemente sind ebenso wertvoll und ergänzen sich zu einem ganzheitlichen Lebensstil, der Körper, Geist und Seele stärkt.

Besonders spannend ist, wie Kinder spielerisch und mit Freude die fünf Elemente entdecken und in ihren Alltag einbauen. Sie sind unsere kleinen Gesundheitsbotschafter und können mit ihrem natürlichen Vorbild die ganze Familie inspirieren. Wenn Kinder die Kraft von Wasser, Bewegung, gesunder Ernährung, Heilpflanzen und einer ausgewogenen Lebensordnung erleben, wächst in ihnen ein Bewusstsein für Gesundheit, das sie ein Leben lang begleiten wird.

Lassen Sie uns alle dafür sorgen, dass dieses wertvolle Kneipp-Wissen in unserem Alltag lebendig wird und wir 2026 die Kraft der Kneippschen Elemente bewusst nutzen, weitergeben und dabei gemeinsam gewinnen!