

Das Beste, was man gegen eine Krankheit machen kann, ist etwas für seine Gesundheit zu tun. Pfarrer Kneipp

- ✿ Wasser
- ✿ Bewegung
- ✿ Ernährung
- ✿ Heilpflanzen
- ✿ Lebensordnung



Sonntag, 10. Juni 2012 ✿ **Lebensordnung (Entspannung)**

11:00 Uhr Konzert im Kurpark - zur Begrüßung spielt die Klarinettenmusik „k'larifari“

Montag, 11. Juni ✿ **Wasser** ✿ **Lebensordnung (Entspannung)**

- 08.00 Uhr Morgenimpulse** – achtsamer Tagesstart am Naturbadeweiher im Kurpark St. Englmar
Yoga-Lehrerin Tina Pielmeier. Dauer: ca. 45 Min. Bequeme Kleidung!
- 14.45 Uhr Informations-Dorfspaziergang** mit Besuch der "Heilquelle" an der Leonhardi-Kapelle.
Treff: Tourist-Information St. Englmar, Rathausstr. 6
- 19.00 Uhr Kneipp-Spaziergang** in den Kurpark mit Bugl Hans - Erklärungen zu den Kneippschen Anwendungen. Treffpunkt am Gasthof Buglhof, Glashütt.
- 20:00 Uhr Englmärer Bilderbogen** – Gästeabend mit Bilderpräsentation von Franz Xaver Six im Wirtshaus „Zum Kirchawirt“ in St. Englmar

Dienstag, 12. Juni ✿ **Bewegung**

- 10.00 Uhr Gemütliche Wanderung mit Bauernhofbesuch.**
Anmeldung Tourist-Info St. Englmar, Tel. 840320
- 10.00 Uhr Nordic Walking Schnupperstunde.**
Info bei: Sport Bugl, St. Englmar Tel. 282 oder Sport Hofmann, St. Englmar Tel. 252
- 18.00 Uhr MTB-Tour für Frauen!**
Treff: Rathaus St. Englmar. Helmpflicht – Getränke bitte mitbringen.

Mittwoch, 13. Juni ✿ **Heilpflanzen** ✿ **Ernährung**

- 10.00 Uhr Kräuterspaziergang** mit Anna Piermeier.
Anmeldung und Treff: Tourist-Info St. Englmar, Tel. 09965-840320
- 19.00 Uhr Vortrag zur gesunden Ernährung und Zubereitung kleiner Kräuter-Happen**
Imbissgaststätte der Sommerrodelbahn in Grün.
Vortrag: Gesunde Ernährung, Claudia Schmelmer
Zubereitung mit Kräuter: Anna Piermeier

Donnerstag, 14. Juni ✿ **Bewegung**

- 09.30 Uhr Goldsteigwanderung** für geübte Wanderer – mit Bustransfer ab Tourist- Info St. Englmar zum Ausgangsort. Brotzeit einpacken! Rückkehr ca. 15.00 Uhr.
- 18.00 Uhr Mountainbike-Tour für sportliche Fahrer.**
Anmeldung: Familotel „Simmer!“, Tel. 09965- 84120. Treffpunkt: OMV Tankstelle St. Englmar. Helmpflicht!

Freitag, 15. Juni ✿ **Wasser** ✿ **Lebensordnung (Entspannung)** ✿ **Ernährung**

- 08.00 Uhr Morgenimpulse** – achtsamer Tagesstart, am Naturbadeweiher im Kurpark St. Englmar.
Yoga-Lehrerin Tina Pielmeier. Dauer: ca. 45 Min. Bequeme Kleidung!
- 10.30 Uhr Die gesunde halbe Stunde:** Kneippen unter Leitung fachlich geprüfter Kneippbäuerinnen. Kneippanlage im Kurpark St. Englmar
- 20.00 Uhr Vortrag „Kleiner Keimling – große Wirkung“** im Gasthof Buglhof, Glashütt.

Samstag, 16. Juni ✿ **Bewegung**

- 15.00 Uhr Wanderung zur Kneippanlage in Klinglbach** mit Segnung der Kneippanlage und anschließender Bewirtung. Treff: an der Tourist-Info St. Englmar

Sonntag, 17. Juni ✿ **Lebensordnung (Entspannung)**

- 11:00 Uhr Konzert im Kurpark** mit dem Gastchor „Hoferkopf Sänger“ aus Hessen

Kneipp-Verein und Tourist-Information laden Sie herzlich ein!