

Kneipp-Gesundheitswoche 2013

- Freitag, 07. Juni**
17.00 Uhr Segnung und Eröffnung „Weg der Sinne“ mit offiziellem Festakt im Angerhof, Festredner MdEP Manfred Weber, anschl. Party mit den Kasplattrockern im Sport- und Eventstadl
- Samstag, 08. Juni**
20.00 Uhr „Die lustigen Fünf“, genannt die Bayerwaldoberkrainer im Angerhof
- Sonntag, 09. Juni**
11-12 Uhr Gästebegrüßungskonzert mit der Festspielblaskapelle Neukirchen, anschließend Musikantentreffen im Angerhof
- Montag, 10. Juni**
08.00 Uhr Morgenimpulse – achtsamer Tagesstart, am Naturbadeweiher im Kurpark. Yoga-Lehrerin Erna Niedermayer. Dauer: ca. 45 Min.
14.45 Uhr Informations-Dorfspaziergang mit Besuch der historischen Heilquelle an der Leonhardi-Kapelle und des neuen Barfußpfads. Treffpunkt: Tourist-Info
19.00 Uhr Kneipp-Spaziergang in den Kurpark, mit Hans Bugl, Treffpunkt: Gasthof Buglhof, Glashütt. Erklärungen zu den Kneippschen Anwendungen
anschl. Englmärer Bilderbogen – Bildpräsentation von F.-X. Six im Wirtshaus „Zum Kirchawirt“.
- Dienstag, 11. Juni**
07.30 Uhr Meditatives Wandern am Morgen mit Pater Behrla. Dauer: ca. 90 Min. Treffpunkt: Tourist-Info
10.00 Uhr Nordic Walking Schnupperstunde mit Besuch des Barfußweges.
Info bei: Sport Bugl, Tel. 282 oder Sport Hofmann, Tel. 252
15.00 Uhr „Die entspannte Kehrseite“
Tips und Übungen für einen gesunden Rücken im Alltag im Angerhof
18.00 Uhr MTB-Damentour Treffpunkt: Tourist-Info. Teilnahme nur mit Mountainbikes – Helmpflicht
- Mittwoch, 12. Juni**
10.00 Uhr Kräuterspaziergang - Anmeldung und Treffpunkt: Tourist-Information, Tel. 09965-840320
16.00 Uhr Vortrag zur gesunden Ernährung und Zubereitung kleiner Kräuter-Happen
Vortrag: Gesunde Ernährung, Claudia Schmelmer
Zubereitungen mit Kräutern: Anna Piermeier im Angerhof
- Donnerstag, 13. Juni**
09.00 Uhr Markttag am Kirchplatz. Kleiner Bauernmarkt
09.30 Uhr Goldsteigwanderung zu den Nagelsteiner Wasserfällen und Besuch des Barfußwegs. Rückkehr ca. 15.00 Uhr. Für geübte Wanderer – Brotzeit einpacken!
16.00 Uhr „Schritt für Schritt zur Gesundheit“ Vortrag mit Klaus Feldbauer im Angerhof
19.00 Uhr Bier & Gesundheit – Vortrag mit Braumeister Leonhard Resch im Angerhof
- Freitag, 14. Juni**
08.00 Uhr Morgenimpulse – achtsamer Tagesstart, am Naturbadeweiher im Kurpark. Yoga-Lehrerin Erna Niedermayer. Dauer: ca. 45 Min.
10.30 Uhr Die gesunde halbe Stunde: Kneippen unter Leitung fachlich geprüfter Kneippbäuerinnen. Kneippanlage im Kurpark
20.00 Uhr Vortrag „Kleiner Keimling – große Wirkung“ im Gasthof Buglhof, Glashütt.
- Samstag, 15. Juni**
15.00 Uhr Kneipp-Wanderung zur Kneippanlage in Klinglbach. Treffpunkt: Tourist-Info
- Sonntag, 16. Juni**
11-12 Uhr Konzert im Kurpark mit den Original „Altnußberger Musikanten“

Barfußwegeinweihung - Angerhof



Kräuterspaziergang im Kurpark



Goldsteigwanderung



Kneipen in der Anlage Klinglloch



Barfußweg - Angerhof



Barfußweg - Angerhof

