

Veranstaltungen 2. Halbjahr 2021 im Kneipp-Kurort Prien



Kneipp

WASSER

BEWEGUNG

ERNÄHRUNG

PFLANZEN

BALANCE



www.kneippvereinprien.de



© rbb24

Das Rotkehlchen ist der
Vogel des Jahres 2021
hier beim Wassertreten

Herzlichen Dank an alle Mitglieder des Kneipp Vereins!

Der Teamvorstand bedankt sich für Ihre rege Teilnahme an der schriftlichen Mitgliederversammlung, für die Entlastung des Vorstandes und die Neuwahl des Teamvorstandes.

Dadurch haben Sie es uns ermöglicht, in diesem besonderen Kneipp-Jubiläumsjahr 200 Jahre Sebastian Kneipp ein erfrischendes und ansprechendes Angebot für die ganze Familie zu organisieren.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß und Freude an unseren gesunden Veranstaltungen und freuen uns, Sie demnächst wieder persönlich begrüßen zu dürfen.

Ihr Teamvorstand
Kneipp-Verein Prien e.V.

Prien, im Juni 2021



Kneipp-Jahr 2021

Jubiläumsjahr „200 Jahre Sebastian Kneipp“



„Die Natur ist die beste Apotheke“

wusste schon Sebastian Kneipp vor mehr als 120 Jahren. Sein Gesundheitskonzept wurde stetig und auf Basis neuester wissenschaftlicher Forschungsergebnisse weiterentwickelt und umfasst heute fünf Elemente: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Hinter diesem ganzheitlichen Ansatz verbirgt sich die Erkenntnis, dass ein richtig funktionierendes Immunsystem, eine umfassende körperliche Fitness und eine gute Stressresistenz wichtig für die Selbstheilungskräfte sind, mit denen die Widerstandsfähigkeit gestärkt wird.

Sebastian Kneipps Erkenntnisse sind heute aktueller denn je: Es sei „(...) kein Wunder, wenn Krankheiten so viele Opfer fordern, denn die Menschheit ist weit von der früheren, einfachen, natürlichen Lebensweise abgewichen. Nicht etwa, dass die Errungenschaften unserer Zeit wieder geopfert werden müssten, aber es muss ein Ausgleich gefunden werden, um die überanstrengten Nerven zu stärken, ihre Kraft zu erhalten. Es muss das Gleichgewicht hergestellt werden zwischen der Arbeit und der Lebensweise.“ An der Notwendigkeit und der Aktualität dieser Aufforderung hat sich – leider – nichts geändert. Deshalb ist es wichtiger denn je, einen Ausgleich zu finden – um Körper und Seele in Balance halten zu können.

Sebastian Kneipp war nicht nur Menschenfreund und Visionär; wie kein anderer hat er den Präventionsgedanken gelebt und bereits damals überregional bekannt gemacht. Viele Menschen denken über Gesundheit erst nach, wenn es an ihr fehlt. Dabei hat uns Kneipp ein Gesundheitssystem hinterlassen, mit dem es jedem leichtfallen sollte, die eigene Gesundheit zu fördern und Krankheiten zu verhindern.

Im Hinblick auf Sebastian Kneipps 200. Geburtstag hat der Kneipp-Bund das Jahr 2021 zum „Kneipp-Jahr“ ausgerufen. Kneipps Beitrag zum deutschen Gesundheitswesen, zur deutschen Kultur und zur Ausprägung des Präventionsbegriffes soll angemessen gewürdigt werden. So soll nun das Bewusstsein für die eigene Gesundheit im Vordergrund stehen, wie auch die zwischenmenschlichen, sozialen und ökologischen Aspekte, die damit einhergehen.



Kneipp-Jahr 2021

Jubiläumsjahr „200 Jahre Sebastian Kneipp“



Mit Aktionen und Kampagnen wird der Kneipp-Bund gemeinsam mit allen Kneipp-Vereinen auf das besondere Jahr hinarbeiten – auch um die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung zu stärken und Aufklärungsarbeit in Sachen Prävention zu betreiben. Mehr Informationen unter www.kneipp2021.de

Das Behandlungsspektrum der fünf Elemente der Kneipp-Therapie ist immens – neben dem Aspekt der Prävention können viele gesundheitliche Beschwerden auch geheilt oder Schmerzen gelindert werden. Dies bedeutet besonders im Hinblick auf die besorgniserregende Zunahme der sogenannten Zivilisationskrankheiten ein enormes Potenzial. Bei bereits bestehenden Krankheitsbildern sollte aber stets zwingend mit dem behandelnden Arzt Rücksprache gehalten werden. So kann die naturheilkundlich erweiterte Medizin einen Beitrag dazu leisten, das steigende Bedürfnis der Menschen nach sanfter, natürlicher Medizin zu unterstützen, indem sie bei ihren Empfehlungen auch auf naturheilkundliche Maßnahmen zurückgreift und eine ganzheitliche Betrachtung des Menschen vornimmt.

Die fünf Elemente der klassischen Naturheilkunde nach Kneipp

Sämtliche Anwendungsmöglichkeiten an dieser Stelle aufzuzählen, würde den Rahmen dieses Beitrags sprengen. Alleine im Bereich der Hydrotherapie gibt es um die 120 verschiedenen Anwendungen. Das Wassertreten und die Kneipp-Güsse sind aber nach wie vor die wohl bekanntesten Komponenten der Kneippschen Naturheilverfahren. Die Hydro- oder Wassertherapie ist eine Reiztherapie mit kalten sowie ergänzend auch warmen Wasseranwendungen, sie dient der Stärkung des Immunsystems und der Abhärtung gegen Stress. Sie ist bei verschiedenen akuten und chronischen Erkrankungen bewährt. Dazu gehören beispielsweise die Behandlungen mit Waschungen, Wassertreten, Bäder, Güsse, Auflagen und Wickel.

Das Zusammenspiel der fünf Elemente

Kneipp ist aber viel mehr als „nur Wasser“: Zum Element Bewegung gehören alle Formen der körperlichen Aktivität, die den Bewegungsapparat unterstützen und Herz und Kreislauf, aber auch Stoffwechsel und Nerven harmonisieren. Im Bereich der Ernährung propagieren wir eine bedarfsgerechte, vollwertige und möglichst naturbelassene Kost als wichtige Voraussetzung für das Wohlbefinden.



Kneipp-Jahr 2021

Jubiläumsjahr „200 Jahre Sebastian Kneipp“



Die Ordnungstherapie nach Kneipp befasst sich mit den Themen Lebens- und Zeitordnung, Gesundheitserziehung und Psychohygiene. Sie vermittelt die für ein gesundes Leben erforderlichen Zusammenhänge zwischen Körper, Geist und Seele. Hierzu zählen auch Kurse aus der Mind-Body-Medizin, besonders solche im Bereich der Achtsamkeit. Heilkräuter sind wichtige Helfer bei Alltagsbeschwerden und bei der Behandlung von Krankheiten. Sie können dazu beitragen, bestimmte chemische Medikamente, darunter Schlaf- und Beruhigungs-, Verdauungs- oder Schmerzmittel, einzusparen, in ihrer Dosis zu verringern oder sogar zu ersetzen.

Wissenschaftliche Evidenz

Während in der 2. Hälfte des 20. Jahrhunderts die Kneipptherapie als wissenschaftlich gut untersucht galt, sind nach der heutigen Sichtweise klinische Studien an Patienten im Sinne der Evidence based Medicine notwendig. Hierzu besteht für die Kneippsche Hydrotherapie Nachholbedarf: Es ist ungeklärt, wie lange eine Wasserkur bei verschiedenen Krankheiten durchgeführt werden muss, um gut zu wirken, wie häufig die Anwendungen fortgesetzt werden müssen, um den Erfolg herbeizuführen bzw. zu erhalten – ferner welche Anwendungen an welchen Körperteilen eventuell besonders vorteilhaft sind.

Deutlich besser untersucht sind bestimmte Ernährungsweisen und Ernährungsumstellungen, gesundheitssportliche Programme, Mind-Body-Programme wie Entspannungsverfahren. Es scheint plausibel, dass gleichzeitig durchgeführte Programme mit mehreren Naturheilverfahren noch viel wirksamer sind – hierzu liegen aber nur wenige Studien über kombinierte Programme aus Ernährung, Bewegung und Ordnung vor.

Mit einfachen Studien zu bestimmten Anwendungen wie Kohlblattaufgaben bei Arthrose des Kniegelenks konnten die volksmedizinischen Erfahrungen bestätigt werden. Gerade an diesem letzten Beispiel zeigt sich ein aktuelles Dilemma: Es handelt sich ja um jahrhundertalte, traditionell „bewährte“ Heilverfahren oder auch „Hausmittel“; für deren klinischen Wirksamkeitsnachweis fehlen aber meist Auftraggeber, die diese Forschung finanzieren und damit dazu beitragen, dass die alten Hausmittel in der Praxis der modernen Medizin angemessen Berücksichtigung finden. Staatlicherseits gibt es keinerlei Förderung von solchen klinischen Studien, während alle möglichen Laborstudien auch solche mit irgendwelchen Heilpflanzen durchaus gefördert werden – in der vagen Hoffnung daraus chemische Substanzen für neue chemische Arzneimittel zu finden.



Kneipp-Jahr 2021

Jubiläumsjahr „200 Jahre Sebastian Kneipp“



In einer von 2010 bis 2015 durchgeführten „Kneipp-Pflegestudie“ wurde gezeigt, dass Kneippsche Naturheilverfahren gut in den Pflegealltag integrierbar sind und sich positiv auf die Gesundheit von Pflegebedürftigen und Pflegenden auswirken können. In den „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannten Senioreneinrichtungen“ wurden laut Studie weniger Bedarfsmedikamente als in den anderen Pflegeheimen eingesetzt, herausforderndes Verhalten von demenzkranken Menschen kam mit naturheilkundlichen Maßnahmen seltener vor. Dies kann wiederum das Stressniveau bei Pflegekräften senken. Eine hohe Anwendungsfrequenz von gesundheitsfördernden Maßnahmen im Pflegealltag kann die Lebensqualität und die Gesundheit von Bewohnern in Seniorenwohnheimen verbessern und die Belastung von Pflegenden verringern.

Diese Feststellung unterstreicht, dass sich „ein Leben nach Kneipp“ auch positiv auf die Psyche auswirkt: Die seelische Gesundheit ist ein wesentlicher Bestandteil dieses Gesundheitskonzeptes. Im Mittelpunkt steht der Prozess, die seelische Gesundheit in der Balance zu halten. Kneipp erkannte: „Erst, als man den Zustand ihrer Seele kannte und da Ordnung hineinbrachte, ging es mit dem körperlichen Leiden auch besser.“

Kneippen Zuhause – aber richtig!

Natürlich können Kneipp-Anwendungen auch Zuhause praktiziert werden. Allerdings muss unbedingt darauf geachtet werden, die Anwendungen sach- und fachgerecht auszuführen, damit nicht ungewollt ein gegenteiliger Effekt erzeugt wird, vor allem zu langandauernde Kultanwendungen sind zu vermeiden. Die einschlägige Fachliteratur kann hierfür eine gute Orientierungshilfe sein. Auch sollte darauf geachtet werden, zwischen verschiedenen Kneipp-Anwendungen einen Zeitabstand von einigen Stunden einzuhalten.

So kann der Kneippsche Knieguss mit kaltem Wasser gut nach der morgendlichen Dusche durchgeführt werden, um morgens gleich Kreislauf und Stress-system zu trainieren. Das Armbad gilt ebenfalls als die „Tasse Kaffee des Kneippianers“ und erfrischt bei nachmittäglicher Abgeschlagenheit und Müdigkeit, denn es fördert die Durchblutung von Armen, Herz und Lunge. Der kalte Gesichtsguss wiederum ist beliebt als „Kneippscher Schönheitguss“. Er wirkt nicht nur belebend, schenkt ein frisches Aussehen und fördert die Durchblutung der Haut, sondern kann auch bei Kopfschmerzen, müden Augen und Erschöpfung helfen.

Wasser Bewegung

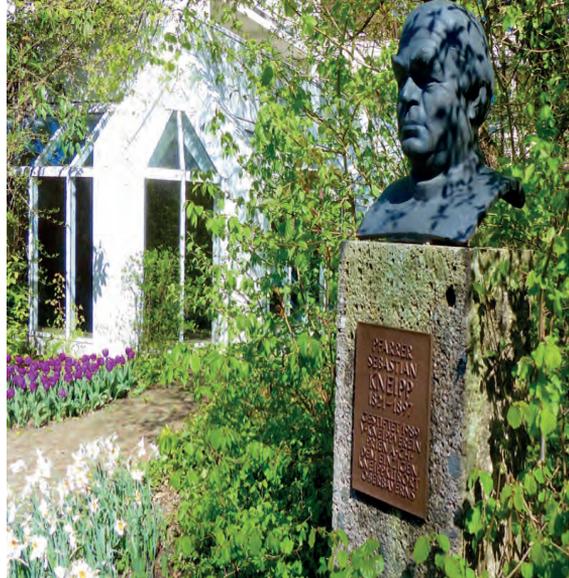
Pflanzen

Kneippen in Prien

Kneipp-Anlage Feßler-Weiher



Kneipp-Anlage Kurpark



Kneipp-Anlage Eichental



Kräutergarten



Bei allen Veranstaltungen sind Mitglieder von Kneipp-Vereinen und Gäste willkommen.

Programmänderungen im Jahresverlauf sind unumgänglich. Die Telefonnummer unter „Leitung“ oder „Kontakt“ informiert Sie über den aktuellen Status.

Was Sie in Prien mit uns erleben können

- | | | | |
|--------------|--|---|-------------------------------------|
| 1 | Jubiläum |  | Jahresfahrt |
| 2 | Jubiläum | | Wanderung 360° rund um den Chiemgau |
| 3 | Jubiläum |  | Festwoche |
| 4+5 | Chiemseeklänge: Klangbootfahrt, Klangkonzert | | |
| 6+7 | Feiern: Christbaum-Taufe, Weihnachten | | |
| 8-11 | Gymnastik: Wirbelsäule, Pfundige Gruppe, Senioren, Wasser | | |
| 12+13 | Kinderspaß: Malen & schauspielern, Straßenkunstfest | | |
| 14 | Kneipp-Brot | | |
| 15+16 | Kneippen & mehr: Eichental, Badeplatz Schraml | | |
| 17 | Lachyoga | | |
| 18 | Linedance | | |
| 19 | Literatur & Musik | | |
| 20 | QiGong der vier Jahreszeiten | | |
| 21+22 | Seminare: Haut, Naturkosmetik herstellen | | |
| 23 | Steckerlgehen | | |
| 24+25 | Vorträge: „Wasser & Salz“, „Mit Märchen auf dem Weg ins Glück“ | | |
| 26 | Wandern: Chiemsee-Alpenland | | |
| 27 | Kontakt & mehr | | |
| 28 | Pluspunkte für Mitgliedschaft | | |
| 29 | Aufnahmeantrag, SEPA-Mandat, Datenschutz | | |
| 30 | Anmeldung zur Jahresfahrt | | |
| | Partner & Förderer | | |



Jahresfahrt 1

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen



Leitung	Christiane Möhner, 0160 666 1468 christiane.moehner@kneippverein.prien.de Ana Wäsler Tel: 0172 1473654 ana.waesler@kneippverein.prien.de
Termin	Samstag, 24. Juli 2021
Abfahrt	07:00 Uhr Busbahnhof Prien, 07:15 Frasdorf, Bushaltestelle Rathaus 07:30 Pfraundorf, Bushaltestelle Polizei
Rückkehr	ca. 19:45 Pfraundorf, 20:00 Frasdorf, 20:15 Prien
Busgebühr	25,- € pro Person
Wichtig	➔ Anmeldung erbeten bis 28.06.2021, Formular am Heftende ➔ Bezahlung per SEPA Lastschriftmandat (siehe unten)

Jahresfahrt nach Bad Wörishofen zur Internationalen Kneippiade 2021 mit Stadtführung „Auf den Spuren Kneipp´s“

Die diesjährige Jahresfahrt führt uns nach Bad Wörishofen und steht ganz im Zeichen der Kneippiade und des 200.ten Geburtstags Sebastian Kneipps. Auf Grund organisatorischer Vorgaben ist eine Teilnahme an den Angeboten der Kneippiade leider nicht möglich. Wir bieten ihnen deshalb ein nicht weniger interessantes Alternativangebot.

Prinzipiell ist der Tag zur freien Verfügung, aber wer gerne mehr von dem wunderschönen Kurort sehen und erfahren möchte, der kann kostenlos an der von Frau Gertraud Jerger geführten Tour teilnehmen. Gertraud Jerger ist der 1. Vorstand des Kneipp-Vereins Rosenheim und mit den Örtlichkeiten bestens vertraut.

Es erwartet Sie ein erlebnisreicher Rundgang durch den Kurort Bad Wörishofen auf den Spuren Sebastian Kneipps und zu seinen Wirk- und Gründungsstätten. Wir sehen unter anderem das Kneippianum, das Sebastianium, das Kneippmuseum im Kloster und die Kirche St. Justina. Nachmittags bleibt Zeit um den Kurpark, sowie die verschiedenen Kräuter- und Duftgärten zu genießen. Natürlich finden Sie dort auch genügend Möglichkeiten um sich an den vielen Kneippbecken mit einer Kneippanwendung zwischendurch zu erfrischen.

Zur Rückfahrt treffen wir uns am Kneippmuseum um 17:45 Uhr .

Anmeldung schriftlich per Formular am Heftende. Die Kosten für die Busfahrt werden erst 14 Tage vor der Durchführung vom Konto eingezogen.



Jubiläum 2

360° Wanderung um den Chiemgau herum



© chiemsee-alpenland.de

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Veranstalter	Kneipp-Verein Rosenheim e.V.
Leitung	Peter Birle, Wanderführer, 0173 644 6277 birle@kneipp-verein-rosenheim.de 2. Wanderführerin Manuela Großhauser, 0157 7406 5724
Anmeldung	Peter Birle
Gebühr	Die Teilnahme ist kostenlos. Kosten für Verpflegung, Übernachtungen, An- und Abreise werden selbst getragen

Einzelne oder mehrere Etappen bis hin zur ganzen Runde können „gebucht“ werden. Die gesamte Wanderstrecke beträgt ca. 325 km bei 8300 Höhenmetern im Anstieg.

Die An- bzw. Abreise und eventuelle Übernachtungen sind selbst zu veranlassen. Die Landkreisrunde wurde vorgegangen und erkundet. Sie wird von zwei Bergwanderführern begleitet.

1. Tag: 1. August, Sonntag

Start um 8 Uhr in Rosenheim an der Kneippanlage im Riedergarten. Über Schloßberg – Simssee Uferweg – Wurmsdorf – Atzing – Prien zur Kneippanlage im Eichental und Übernachtung in Prien oder mit Zug zurück.

ca. 24 km, 6 Std. Wanderzeit, 713m Auf- und 618m Abstieg

2. Tag: 2. August, Montag

Von Prien über Bernau zur Steinlingalm und weiter zur nahen Sonnenalm an der Kampenwand Bergstation, hier Übernachtung oder mit Seilbahn nach Aschau und mit Bus oder Bahn nach Rosenheim zurück.

ca. 19 km, 6 Std. Wanderzeit, 1265m Aufstieg

3. Tag: 3. August Dienstag

Abstieg zur Dalsenalm – Weitlahner – Roßalm – Geigelstein 1813m – Priener Hütte / DAV Übernachtung.

ca. 10 km, 5 Std. Wanderzeit, 769m Auf- und 824m Abstieg



4. Tag: 4. August, Mittwoch

Abstieg nach Sachrang über Wildbichlalm und Aufstieg zum Spitzsteinhaus / DAV / Übernachtung.

ca. 13 km, 5 Std. Wanderzeit, 556m Auf- und 717m Abstieg

5. Tag: 5. August, Donnerstag

Über den Brandlberg – Klausen – Predigtstuhl zum Hochries Gipfelhaus / DAV.

ca. 9 km, 5 Std. Wanderzeit, 755m Auf- und 437m Abstieg

6. Tag: 6. August, Freitag

Abstieg über Pölcheralm – Genossenschaftsalm – Schweibereralm – Käsalm – nach Windshausen. Am Inn entlang nach Erl und über die Fußgängerbrücke nach Oberaudorf hinüber. Übernachtung in Oberaudorf.

ca. 20 km, 6 Std. Wanderzeit, 1200m Abstieg (evtl. Bahnrückfahrt nach Rosenheim)

7. Tag: 7. August, Samstag

Auf dem Jakobsweg in die Kiefer. Durch die Gießenbachklamm – Schopperalm – Schmidalm – Grundlalm – Herrenalm zum Brünsteinhaus/DAV / Übernachtung.

ca. 19 km, 7 Std. Wanderzeit, 969m Auf- und 74m Abstieg

8. Tag: 8. August, Sonntag

Übergang zur Rosengasse und über Grafenherberg zur Sudelfeldstraße. Weiter über Arzmoos zur Mitteralm / DAV / Übernachtung.

ca. 15 km, 5 Std. Wanderzeit, 433m Auf- und 598m Abstieg

9. Tag: 9. August, Montag

Mit der Zahnradbahn auf den Wendelstein und zum Gipfel 1837m. Abstieg ins Jenbachtal und hinaus nach Bad Feilnbach auf dem Wasserfallweg.

Oder von der Mitteralm 1200m auf den Reindleralmsattel 1418m und Abstieg nach Bad Feilnbach. Übernachtung oder per Bus nach Rosenheim.

ca. 16 km, 4 Std. Wanderzeit, 100m Auf- und 1200m Abstieg

oder ca. 11 km, 3 Std. Wanderzeit, 220m Auf- und 920m Abstieg



10. Tag: 10. August, Dienstag

Von Bad Feilnbach am Auer Berg entlang nach Au auf dem Jakobsweg und über Dettendorf – Oberstauchhausen – Vagen.

ca. 20 km, 6 Std. Wanderzeit, 250m Auf- und Abstieg.

Anreise: Busbahnhof Rosenheim Bahnhof ab 7.30 Uhr – Bad Feilnbach an 8.05 Uhr

11. Tag: 11. August, Mittwoch

Über Feldkirchen-Westerham nach Großhöhenrain. Übernachtung im Gasthof Höhenrain, Telefon 08063 9664.

ca. 25 km, 7 Std. Wanderzeit

12. Tag: 12. August, Donnerstag

Ostermünchen ist unser Ziel. Übernachtung im Landgasthof „Zur Post“, Telefon 08067 90959 oder mit dem Zug zurück.

ca. 21 km, 6 Std. Wanderzeit

13. Tag: 13. August, Freitag

Weiter geht's über Lampferding – Dettendorf – Wurzach – Dinding – Rettenbach – Filzen – Springelbach – Forsting. Übernachtung im Brauerei-Gasthof Forsting, Telefon 08094 90970 oder mit dem Zug zurück.

ca. 24 km, 6 Std. Wanderzeit

14. Tag: 14. August, Samstag

Über Ebrach – Kalteneck – Albaching – Utzenbichl – Fußstätt nach Soyen. Übernachtung im „Das Haus am See“, Telefon 08071 1041888 oder mit dem Zug zurück.

ca. 24 km, 6 Std. Wanderzeit

15. Tag: 15. August, Sonntag

Bei Teufelsbruck überqueren wir den Inn auf der Staustufe. Weiter nach Schambach – Irlham – Herbstham – Stadlern – Voglsang nach Schnaitsee. Übernachtung in der Pension Spiegelsberger, Telefon 08074 9236 oder 0171 6748493.

ca. 26 km, 7 Std. Wanderzeit



Jubiläum

360° Wanderung um den Chiemgau herum

Fortsetzung

16. Tag: 16. August, Montag

Über Frabertsham – Diepoldsberg nach Höslwang. Übernachtung im Gasthof Gehrlein, Telefon 08055 483.

ca. 17 km, 5 Std. Wanderzeit

17. Tag: 17. August, Dienstag

Über Aufham – Bachham – an Eggstätt vorbei in`s Weitmoos – zum Malerwinkel am Chiemseeufer – auf dem Uferweg über Gollenshausen nach Gstadt – mit dem Schiff auf die Fraueninsel. Übernachtung im Gästehaus Neumair, Telefon 08054 600.

ca. 19 km, 5 Std. Wanderzeit

18. Tag: 18. August, Mittwoch

Mit dem Schiff zur Herreninsel – Inselrundweg – Schloß besichtigen – per Schiff nach Prien Stock – Prien Bahnhof – Rückfahrt nach Rosenheim mit der Bahn.



Der Kneipp-Verein Prien wünscht den Wanderern gutes Wetter, fröhliche Begleiter, herrliche Blicke auf Seen, Täler und Berge, Spaß und Entspannung in den Gasthäusern, blasenfreie Füße und eine gesunde Heimkehr.



Jubiläum 3

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Kneipp-Festwoche vom 11. bis 19.09.



Leitung

Christiane Möhner, Kneipp-Gesundheitstrainerin SKA
christiane.moehner@kneippverein.prien.de, 0160 666 1468

Um die 200 Jahre gebührend zu feiern, werden wir das laufende Kursprogramm in der Festwoche KOSTENLOS anbieten. Lediglich für Sonderveranstaltungen wird eine Gebühr erhoben.



11.09. 15:00 -
20:00

Kneipp-Fest im kleinen Kurpark (Chiemsee-Saal) zur Eröffnung der 9. Priener Kneipp-Woche. Den 200.ten Geburtstag Sebastian Kneipps feiern wir mit Musik, Tanz, kulinarischen Köstlichkeiten und einem fabelhaften Unterhaltungsprogramm bei freiem Eintritt und Bewirtung



12.09. 09:30 -
10:30

Meditatives Klangkonzert am Strandbad Schöllkopf. Ein Sonntagmorgen voll unvergesslicher Eindrücke & Schwingungen mit Thomas Kox (Ersatztermin 19.09.)
Gebühr: 10,- € Kneipp-Mitglieder, 12,- € Nichtmitglieder



13.09. 17:00 -
18:00

Vortrag „Wasser und Salz“ von Ana Wäsler im Vortragsraum der Klinik Medical Park Prien Kronprinz, Alte Rathausstraße 9

18:45 -
19:45

Wassergymnastik mit Ewa und Roman Renk im Hallenbad der Klinik Medical Park Prien Kronprinz, Alte Rathausstraße 9



14.09. 18:00 -
19:00

Line Dance mit Renate Böhnlein auf dem Gelände der Chiemsee-Schiffahrt vor der Wartehalle

18:00 -
20:00

Seminar „Naturkosmetik selber herstellen“ (Regenerationscreme und Augengel) mit Apothekerin Gertraud Reuther im Labor der Spitzweg-Apotheke, Marktplatz 1





Jubiläum

Kneipp-Festwoche vom 11. bis 19.09.

Fortsetzung



15.09. 19:00 - 20:00
Wirbelsäulengymnastik mit Sabine Gentner, Kath. Pfarrsaal
Alte Rathausstraße 1A



16.09. 09:00 - 11:30
Kneippen, bewegen, frühstücken und baden am Badeplatz
Schraml. 9:00 Treff auf dem Parkplatz

15:00 - 16:00
Literatur-Lesung und Musik mit Hilla Waltenbauer
Ev. Gemeindezentrum, Kirchenweg 16

17:00 - 18:30
Pfundige Gymnastik mit Dr. Heide Schulte, Klinik St. Irmingard,
Osternacher Straße



17.09. 15:00 - 16:00
Sinchi Power mit Manuela Jacob am Badeplatz Schraml
Spürbare Lebensfreude, energetisierend, beschwingt, stimmig,
natürlich fließend. Gebühr 10,- € Mitglieder, 12,- € Nichtmitglieder



18.09. 09:00 - 10:00
QiGong der vier Jahreszeiten mit Ljubinka Zückert am Badeplatz
Schraml, Harrasser Straße

15:00 - 18:00
Klangbootfahrt mit der Freya auf dem Chiemsee mit Thomas Kox
Abfahrt vom Badeplatz Schraml. Genießen Sie eine wundervolle
Bootsfahrt mit klangvollem Augen- und Ohrenschaus. Ersatz-
termin 25.09. Gebühr: 30,- € Mitglieder, 35,- € Nichtmitglieder



19.09. 09:00 - 10:00
Lachyoga am See mit Inge Fechter am Badeplatz Schraml
Lachstrahlen tanken und gut gelaunt in den Sonntag starten
Gebühr: 10,- € Mitglieder, 12,- € Nichtmitglieder

19.09. 14:30 - 17:00
Steckergehen mit Christiane Möhner auf dem Kneipp-Weg
rundumadum den Herrnberg. Treff am Badeplatz Schraml

Die neue Route des Priener Kneipp-Wegs über Stock und
Stein beendet diese erlebnisreiche Priener Kneipp-Woche

Klangbootfahrt 4 auf dem Chiemsee

Vorbehaltlich geltender Corona-
Beschränkungen



Leitung	Thomas Kox, info@thomaskox.de, 176 3803 7713
Ort	Badeplatz Schraml, Harrasser Straße 41
Termin	18. September von 15 bis 18 Uhr, Ersatztermin 25.09.
Anmeldung	0162 933 6810
Gebühr	30,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen 35,- € für Nichtmitglieder

Wir laden Sie herzlich ein zu diesem außergewöhnlichen und exklusiven Erlebnis.

Gönnen Sie sich Wellness der besonderen Art mit einer Klangfahrt auf dem Chiemsee mit dem Wikingerschiff Freya.

Thomas Kox ist Klangtherapeut und Klangkünstler. Er verzaubert Ihre Sinne mit sanften Gongklangfeldern und Klängen verschiedener Naturtoninstrumente und lässt Sie auf dem wunderschönen Chiemsee den Alltag vergessen. Zur besseren Hingabe an die meditativen Klänge können Sie sich ein bequemes Sitzkissen oder eine Decke mitnehmen.

Lassen Sie sich von wohltuenden Klängen und dem See berühren, bewegen, durchströmen, inspirieren. Wir freuen uns auf Sie!



Klangkonzert 5 am Chiemseeufer

Vorbehaltlich geltender Corona-
Beschränkungen



Leitung	Thomas Kox, Klangtherapeut und Klangkünstler info@thomaskox.de, 176 3803 7713
Ort	Strandbad Schöllkopf, Schöllkopf 1
Termin	12. September von 9:30 bis 10:30 Uhr
Gebühr	10,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen 12,- € für Nichtmitglieder

Meditatives Klangkonzert am Chiemseeufer

zum Entspannen, Genießen, Kraft Tanken.

Tauchen Sie ein in die Welt von Klangschalen, Monochord, Didgeridoo, Gong, Oberton-
gesang. Die obertonreichen und heilsamen Schwingungsfrequenzen lassen einen neuen
Erfahrungsraum entstehen.

Aufmerksam den Klängen lauschen, denn sie berühren unser ganzes Wesen.
Einen intensiven Kontakt zwischen Körper, Geist und Seele erleben, die Sinne öffnen,
das nach Innen Gehen genießen und still werden unter freiem Himmel.





Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Christbaumtaufe

Kontakt	christiane.moehner@kneippvereinprien.de, 0160 666 1468 ana.waesler@kneippvereinprien.de, 0172 147 3654
Ort	Auf den Schären, Prien, Chiemseeufer
Termin	1. Advent, 28. November, 16 bis 18 Uhr
Uhrzeit	16:00 bis 18:00

Die Schären nennt man die kleine Halbinsel am Priener Seeufer, am Ende der Seestraße hinter „Schiller“.

Zur Adventszeit stellt die Gemeindegärtnerei einen prächtigen Christbaum auf, mit Hunderten von Kerzen, vom Team des Elektrizitätswerks geschmückt.

Ab dem 1. Advent leuchtet er weit über den See hinaus. Zur „Taufe“ werden Glühwein, Punsch, Selbstgebackenes und etwas Poesie angeboten.



Weihnachtsfeier

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen



Leitung	Christiane Möhner, christiane.moehner@kneippvereinprien.de 0160 666 1468
Ort	Gaststätte „Alpenblick“, Am Sportplatz 2
Termin	Samstag, 11. Dezember
Uhrzeit	16:00 - ca. 20:00

Damit der Kneipp-Verein auch ausgiebig und gemütlich feiern kann, wurde entschieden, die Weihnachtsfeier in die Gaststätte „Alpenblick“ am Sportplatz zu verlegen. Dort ist ausreichend Platz und leckere Bewirtung gesichert.

Wegen der Pandemie-Vorschriften sind leider so viele Veranstaltungen im ersten Halbjahr ausgefallen, so daß wir Sie mit einer ausgiebigen und (be)sinnlichen Feier am Jahresende dafür entschädigen möchten.

Neben den gewohnten Rückschauen und Lesungen, erwarten Sie engelhafte sphärische Klänge und ganz bodenständige Tanzaufführungen. Mehr Überraschungen wollen wir an dieser Stelle nicht verraten. Freuen Sie sich auf vielfältige Unterhaltung mit Weihnachtszauber.





Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Leitung Sabine Gentner, Physiotherapeutin
Kontakt gentner.prien@gmx.de, 0162 484 3052,
Ort Kath. Pfarrsaal, Alte Rathaus-Straße 1 A
Gebühr 2,50 € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen
 3,50 € für Nichtmitglieder

Die **Wirbelsäule** mobilisieren, kräftigen, dehnen ist eine Wohltat für den Rücken. Diese drei Bereiche sind wichtig, um ihre Halte- und Bewegungsfunktion zu verbessern. Gezielte Übungen führen dazu, dass Muskel und Bänder besser durchblutet werden.

Sie stabilisieren das Muskelkorsett und halten das komplexe System im Gleichgewicht.

Sabine Gentner entspannt und trainiert den Körper vom Atlaswirbel bis zu den Zehenspitzen.

mittwochs

Uhrzeiten 19:00 bis 20:00

Juli	7, 14, 21, 28
Aug	4, 11, 18, 25
Sept	1, 8, 15, 22, 29
Okt	6, 13, 20
Nov	3, 17, 24
Dez	1, 8, 15



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Die Pfundige Gruppe



Veranstaltung

& Leitung

Dr. Heide Schulte, Physiotherapeutin, OStR Sport

Kontakt

08051 96 91 23

Ort

Turnhalle Klinik St. Irmingard, Osternacher Straße 103
nach Aufhebung der Corona-Kontaktbeschränkung

Gebühr

5,- €

Ausrüstung

bequeme Hose (Leggings), T-Shirt, feste Turnschuhe

donnerstags

Uhrzeit

17:00 bis 18:30

Die Gruppe ist pfundig im doppelten Sinne:

Wir sind mollig und rund - na und?

Wir sind lustig und guter Dinge und stellen uns mit Elan und Freude allen Übungsangeboten hinsichtlich Beweglichkeit, Geschicklichkeit, Kraft und Ausdauer, um überflüssige Pfunde zu verlieren.

Juli	1, 8, 15, 22, 29
Aug	5, 12, 19, 26
Sept	2, 9, 16, 23, 30
Okt	7, 14, 21, 28
Nov	4, 11, 18, 25
Dez	2, 9, 16, 23



20 Jahre Lebensfreude

**Die pfundige Gruppe trommelt
durchs Jubiläum.**



Seniorenturnen

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Veranstaltung

& Leitung

Dr. Heide Schulte, Physiotherapeutin, OStR Sport

Kontakt

08051 96 91 23

Ort

Kursana-Residenz, Gymnastikhalle, Schillerstraße 8
nach Entspannung der Corona-Kontaktbeschränkung

Gebühr

2,50 €

Ausrüstung

bequeme Hose (Leggings), T-Shirt, stabile und feste Turnschuhe

donnerstags

Uhrzeit

09:00 bis 09:45

Ziel der Übungsstunde ist es, die Beweglichkeit der Gelenke zu erhalten beziehungsweise zu verbessern, Geschicklichkeit, Ausdauer und Kraft zu schulen, um den Alltag mit seinen körperlichen und geistigen Anforderungen wieder mit Schwung und Freude zu bewältigen.

Juli	1, 8, 15, 22, 29
Aug	5, 12, 19, 26
Sept	2, 9, 16, 23, 30
Okt	7, 14, 21, 28
Nov	4, 11, 18, 25
Dez	2, 9, 16, 23

Wasser

Bewegung

Gymnastik 11



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Leitung

Ewa und Roman Renk
Physiotherapeuten und Bademeister

Kontakt

romanrenk@gmail.com

Ort

Medical Park Prien Kronprinz, Alte Rathausstraße 9, Hallenbad

Gebühr

2,50 € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen, 3,50 € für Nichtmitglieder

Durch den Auftrieb im **Wasser** fühlt man sich leicht wie eine Feder.

Auch wenn der Körper bei Bewegungen im Wasser bis zu zehn Mal mehr Muskelkraft aufbringen muss, sind die Übungen gelenkschonend.

montags

Uhrzeit

18:45 bis 19:45

Juli	5, 12, 19, 26
Aug	2, 9, 16, 23, 30
Sept	6, 13, 20, 27
Okt	4, 11, 18, 25
Nov	8, 15, 22, 29
Dez	6, 13



Bewegung

Balance

Kinderspaß 12



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Kleine Mal- und Schauspielschule

Leitung

Dirk & Hilla Waltenbauer

Kontakt

hilla.waltenbauer@kneippvereinprien.de

08051 961 5904

Termin

Montag, 9. August, 13:30 - 16:00 Uhr

Treff

Badeplatz Schraml am Chiemsee, Harrasser Straße 41

Gebühr

4,- €, zahlbar bei Anmeldung im Rathaus

Im Rahmen des Kinder-Ferienprogramms der Marktgemeinde Prien lädt der Kneipp-Verein Prien auch heuer wieder zur Kleinen Mal- und Schauspielschule ein. Willkommen sind Kinder von 8 bis 12 Jahren.

Eine spannende Geschichte wird vorgelesen. Die Kinder suchen sich ihre Rolle aus, malen ihr „Kostüm“ und spielen unter Anleitung des Stück nach.

Die Veranstaltung findet auf der Badewiese statt. Bei schlechtem Wetter in der Almhütte.

Mitzubringen sind Malstifte, am besten Ölkreide.

Zum Schluss wird eine Erfrischung gereicht (Getränk oder Eis).



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Straßenkunstfest

Leitung	Dirk Waltenbauer & Inga Hansen
Kontakt	hilla.waltenbauer@kneippvereinprien.de 08051 961 5904
Termin	Sonntag, 3. Oktober, 11:00 bis 17:00 Uhr
Treff	Wendelsteinplatz Bauwagen „Priener Kinderoase“
Gebühr	der Eintritt ist frei



Der Veranstalter ist die Prien Marketing GmbH.

Der Kneipp-Verein bastelt und malt mit Kindern im gemütlichen Bauwagen. Jedes Jahr gibt es ein neues Thema.

Papier und Ölkreiden werden gestellt.





Christoph + Luitpold Müller

Kontakt

Bäckerei Konditorei A. Müller GmbH
 Backstube Jahnstraße 8, 08051 40 31
 info@mueller-prien.de, 08051 60 97 0
 www.mueller-prien.de

Kneipp-Brot**Backtage**

dienstags und donnerstags

Filialen in Prien

Marktplatz, Bernauer Straße 13

Das **Kneipp® Fünf-Elemente-Brot** wird in einem schonenden Herstellungsprozess gebacken mit hauseigenem Reinzucht-Sauerteig und den fünf besonders hochwertigen Eiweiß-Quellen Amaranth, Soja, Quinoa, gelbe Erbsen und Kartoffeln.



Das macht das Original-Kneipp-Brot zu einem wertvollen und köstlichen Beitrag zu einer ausgewogenen Ernährung.

Aus der Unternehmensphilosophie der Müller-Brüder:**Qualität**

ist nicht nur eine Frage der Ähre

Nähe

ist nicht nur eine Frage der Entfernung

Gscheids Brot

ist nicht nur eine Frage des Geschmacks

Alle Produkte sind „handgemacht in Prien“. Regionale und natürliche Zutaten bester Qualität. Lange Teigruhe und gut ausgebildete Handwerksbäcker.





Kneippen & mehr 15



Im Eichental

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

- Kontakt** christiane.moehner@kneippvereinprien.de, 0160 666 1468
ana.waesler@kneippvereinprien.de, 0172 147 3654
- Ort** Kneipp-Anlage im Eichental
danach Kaffee etc. bei Müller am Marktplatz, evtl. „to go“
- Termine** 8. Juli, 5. August, 2. September
- Uhrzeit** 09:00 bis 11:30 Uhr

Zum Eichental kommt man mit dem Rad, zu Fuß oder im PKW (Parkplatz Beilhackstraße). Wir erfrischen uns im Arm- oder Fußbecken, machen leichte Gymnastik-/Yoga-Übungen, gehen über den Barfußweg und erlernen eine wohltuende Fußmassage.

Von dort zu Fuß in ca. 10 Minuten zum Café Müller auf dem Marktplatz gegenüber vom Kräutergarten. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.





Kneippen & mehr 16



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Badeplatz Schraml am Chiemsee

kneippen, bewegen, frühstücken, baden

- Kontakt** christiane.moehner@kneippvereinprien.de, 0160 666 1468
ana.waesler@kneippvereinprien.de, 0172 147 3654
- Treff** Parkplatz vom Badeplatz, Harrasser Straße 41
- Termine** 22. Juli, 19. August, 16. September
- Uhrzeit** 09:00 bis 12:00
- Kostenbeitrag** 1,- €

Spaziergang zur Kneipp-Anlage Feßler-Weiher, Wasseranwendungen dort und leichte Bewegungsübungen anschließend auf der Badewiese.

Frühstück gegen 10 Uhr am Kiosk mit süßen und herzhaften Beilagen, Brot und Kuchen. Getränke am Kiosk auf eigene Rechnung.

Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt.



Lachyoga am See 17



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Leitung	Inge Fechter, inge@lachyoga-rosenheim.de
Ort	Badeplatz Schraml, Harrasser Straße 41
Termine	18.07., 08.08. und 19.09. von 9 bis 10 Uhr nur bei trockenem Wetter
Gebühr	10,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen 12,- € für Nichtmitglieder

Lachstrahlen tanken und gut gelaunt in den Sonntag starten!

Klingt das nicht wunderbar? Doch häufig fällt es uns schwer, abzuschalten, und wir verlieren uns im Gedankenkarussell.

Beim Lachyoga gelangen wir federleicht ins Hier und Jetzt. Die spielerischen Lachübungen, die sich mit achtsamen Atem- und Koordinationsübungen abwechseln, schenken mehr Lebensfreude, Leichtigkeit und einen freien Kopf. Lachen ist ein Jungbrunnen für alle Körperzellen, die Glückshormone schlagen Purzelbäume und wir fühlen uns rundum wohl. Endlich ist wieder Platz für frischen Wind und Optimismus. Sei dabei und genieße die vielleicht beste und schönste Medizin.

Lasst uns zusammen lachend lebendig sein!



Bewegung

Balance

Linedance 18



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Leitung

Renate Böhnlein, Linedance-Lehrerin

Anmeldung

bis Vortag: 0172 820 6796, boe-re@t-online.de

Gebühr

8,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen

10,- € für Nichtmitglieder

Kleidung

Bequem. Schuhe mit glatten Sohlen

Keine Straßenschuhe im KULTURRAUM

Von **Juli bis September** finden die Veranstaltungen auf dem Gelände der **Chiemsee-Schiffahrt** vor der Wartehalle statt, geschützt unter einem Dach.

A) dienstags 18-19 Uhr - Linedance für TeilnehmerInnen mit guten Kenntnissen

B) donnerstags 18-19 Uhr - Linedance für den einfachen Einstieg

Juli **A)** 6, 13, 20, 27

+ B) 8, 15, 22, 29 **schnuppern am 08. Juli**

August **A)** 3, 10, 17, 24, 31

+ B) 5, 12, 19, 26

September **A)** 7, 14, 21, 28

+ B) 9, 16, 23, 30

Von **Oktober bis Dezember im KULTURRAUM**, Ernsdorfer Straße 2, **17-18 Uhr**

Oktober **A)** 12, 19, 26

November **A)** 9, 16, 23, 30

Dezember **A)** 7, 14



Literatur-Lesung & Musik **19**



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Leitung

Hilla Waltenbauer
 hilla.waltenbauer@kneippvereinprien.de
 08051 961 5904

Ort

Ev. Gemeindezentrum, Kirchenweg 13

Gebühr

der Eintritt ist frei

Gelesen wird aus Romanen, Biografien, besonderen Sachbüchern oder ungewöhnlichen Reisebeschreibungen.

Jede Lesung beginnt mit einer kurzen Zusammenfassung, daher ist der Einstieg jederzeit möglich und endet mit einem klassischen Musikstück.

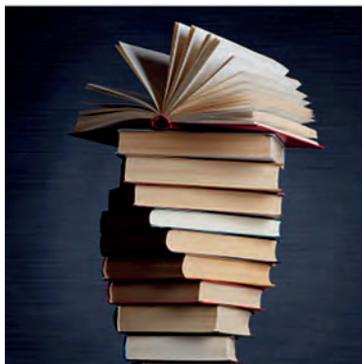
Falls das Buch verfilmt wurde, wird abschließend der Film gezeigt.

donnerstags

Uhrzeit

15:00 bis 16:00

Juli	8, 15, 22, 29
August	5, 12, 19, 26
September	2, 9, 16, 23, 30
Oktober	7, 14, 21, 28
November	4, 11, 18, 25
Dezember	2, 9, 16





QiGong 20 der vier Jahreszeiten



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

- Leitung** Ljubinka Zückert, zertifizierte QiGong-Kursleiterin
l.k.zueckert@t-online.de, 08051 56 95
- Kleidung** wettergerecht
- Gebühr** 4,- € für Mitglieder von Kneippvereinen, 5,- für Nichtmitglieder
- samstags** nur bei trockenem Wetter

„QiGong der vier Jahreszeiten“ ist eine Methode, Körper und Geist auf die Jahreszeiten individuell einzustellen und die Energie der Natur zu nutzen mit einfachen aber wirkungsvollen Übungen.

Ort **Badeplatz Schraml, Harrasser Straße 41**
Uhrzeit **9:00 bis 10:00**

Juli	3, 10, 17, 31	August	7, 14, 21, 28
September	8, 25		

Der Sommer ist die Zeit der Reife

Man ist berauscht von der Schönheit und Üppigkeit der Natur. Trotzdem gilt es, die Geistesruhe zu bewahren. Der Sommer ist eine gute Zeit, Bewusstsein, Denken und Persönlichkeit auszubilden. Wichtige Organe sind Milz, Magen, Herz und Dünndarm.

Ort **Chiemsee-Schiffahrt, Hafen, vor der Wartehalle**
Uhrzeit **10:00 bis 11:00**

Oktober	9, 16, 23, 30	November	6, 13, 20, 27
---------	---------------	----------	---------------

Der Herbst ist die Zeit der Klarheit

Ein richtiges Moment, um sich konkrete Ziele zu setzen und die eigene Disziplin zu fördern. Wir achten darauf, die Heiterkeit des Sommers zu bewahren und Körper und Geist mit klarer Atmungsenergie zu erfrischen. Wichtige Organe sind Lunge, Dickdarm und Nase.

Seminar 21

Hautsache - richtig gepflegt durch den Winter

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen



Leitung	Monika Meindl, zertifizierte Fachkosmetikerin
+ Anmeldung	monikameindl@gmx.de, <u>0171 555 5527</u>
Ort	KULTURRAUM, Ernsdorfer Straße 2
Termin	6. November von 14 bis 17 Uhr
Gebühr	30,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen 35,- € für Nichtmitglieder

Fühlen Sie sich wohl in ihrer Haut?

Monika Meindl, sieht was, was Sie nicht sehen, denn Ihre Haut hat Ihnen viel zu erzählen!

Der Winter naht und damit auch die "trockene" Zeit mit Heizungsluft und geschlossenen Fenstern. Die Haut ist unser größtes Organ. Sie leidet direkt unter den äußeren Witterungseinflüssen, denen sie ausgesetzt ist. Was bietet Kneipp in Zusammenarbeit mit der modernen Medizin an Möglichkeiten, Ihrer durstigen Haut Gutes zu tun? In diesem Seminar erfahren Sie es.

Fett? Trocken? Sensitiv? Ihr Hautzustand ist ausschlaggebend für die Wahl der richtigen Reinigungs- und Pflegeprodukte und somit auch maßgeblich für die Gesundheit, dem optischen Zustand und Alter Ihrer Haut.

Mit einem speziellen kosmetischen Gerät und einer individuellen Hautbildanalyse wird ihr eigener Hauttyp ganz genau bestimmt. Erfahren Sie in unserem entspannten Hautpflege-seminar im gemütlichen Kreis mehr über Ihre Haut und deren Zustand. Frau Meindl berät Sie in Sachen Pflege und Erhaltung einer gesunden Haut im Winter.



Seminar 22

Naturkosmetik selber herstellen

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Leitung	Gertraud Reuther, Apothekerin
Ort	Labor der Spitzweg-Apotheke, Am Marktplatz 1
Gebühr	12,- € pro Seminarabend Rohstoffe zum Selbstkostenpreis
Wichtig	Anmeldung bis Vortag: 08051 90 26 0



Für die Produkte werden ausschließlich hochwertige, naturbelassene Rohstoffe verwendet. Die Zubereitungen können nach eigenen Wünschen beduftet werden und pro Kurs dürfen auch mehrere Portionen hergestellt werden.

Alle Kosmetika, die in den Salbenseminaren hergestellt werden, sind auch außerhalb der Seminare in der Spitzweg-Apotheke erhältlich.

Tag	Uhrzeit	Produkte und Inhaltsstoffe	ml	Preis €
13.09.	18:00	1) Regenerationscreme	100	8,-
14.09.	18:00	Schwarzer Tee, Kakaobutter, Lanolin		
15.09.	18:00	2) Augengel Hyaluronsäure, Mandelöl, Gelbildner	20	6,-
23.11.	18:00	1) Ringelblumensalbe	50	8,-
24.11.	18:00	Ringelblumen-, Olivenöl, Kakaobutter, Bienenwachs		
25.11.	18:00	2) Lippenbalsam Wollwachs, Bienenwachs	5	2,50
		3) Eau de Cologne im Geschenk-Flakon Bergamotte, Citrone, Orange, Geranie, Rosmarin, Neroli und andere	50	8,-



Bewegung

Balance

Steckerlgehen 23

mit Kultur- & Naturerlebnissen



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Leitung

Christiane Möhner, Nordic-Walking-Lehrerin SKA
christiane.moehner@kneippvereinpien.de
0160 666 1468

Gebühr/Tour

4,- € für Mitglieder von Kneipp-Vereinen
5,- € für Nichtmitglieder

sonntags

nur bei trockenem Wetter

Anmeldung

erbeten: 0160 666 1468

Mindestteilnehmerzahl

fünf

Ausrüstung

wettergerechte Bekleidung und Sportschuhe, Rucksack für Getränk, Kopfbedeckung etc, ggf. Nordic-Walking-Stöcke

Steckerlgehen, so heißt Nordic Walking auf bayrisch.

Dass diese Sportart gesund ist, den ganzen Körper beansprucht und trainiert, eine gesunde Haltung fördert und das Herz-Kreislaufsystem harmonisiert, ist wohl bekannt. Deshalb werden wir uns mit dem optimalen Gebrauch und Einsatz dieser Sportgeräte bei jedem Termin befassen und diesen üben.

Dennoch steht bei diesen Wanderungen nicht nur der Sport im Vordergrund, sowohl der Naturgenuß als auch die Schönheit unserer Heimat kommen nicht zu kurz.

Somit sind diese Wanderungen auch für Interessierte geeignet, die zwar ohne Steckerl, dafür gerne schnell und zügig gehen.

Gehstrecken etwa 7 – 9 km.



Steckerlgehen

mit Kultur- & Naturerlebnissen

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Termin 19. September, 14:30 bis 17:00
Treff 14:30 Uhr
Ort Parkplatz Badeplatz Schraml, Harrasser Straße 41

HERRNBERG

Auf dem Priener Kneipp-Weg, rundumadum den Herrnberg und wieder zurück zum Chiemseeufer und zum Badeplatz Schraml.

Diese Tour fällt in die Festwoche zum 200sten Geburtstag von Sebastian Kneipp und daher ist die Teilnahme gebührenfrei.



Termin 10. Oktober, 14:30 bis 17:00
Treff 14:30 Uhr
Ort Parkplatz Greimharting

HERBSTIMPRESSIONEN

Rundumadum zum Priener Teil des Obst- und Kulturwegs. Der führt uns nach Hörzing, Zacking, Munzing und über die Stockwiesen wieder nach Greimharting zurück.

Wir erleben die beginnende Blätterfärbung, erntereife Obstbäume und klare Herbstluft.



Vortrag 24 „Wasser und Salz“



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

- Referentin** Ana Wäsler, ana.waesler@kneippverein.prien.de
0172 147 3654
- Ort** Vortragsraum, Klinik Medical Park Prien Kronprinz
Alte Rathausstraße 9
- Termin** 13. September von 17 bis 18 Uhr

Wasser und Salz sind Urquell des Lebens und die Basis für Gesundheit, Schönheit und Lebensenergie.

Wasser und Salz besitzen enorme Heilkräfte der Natur. Diese Kräfte sind besonders gut einsetzbar zu Entgiftung, Entschlackung und Zellenreinigung.

Der Eintritt ist frei. Gäste und Spenden für den Kneipp-Verein sind willkommen.



Vortrag 25

„Mit Märchen auf der Suche nach dem Glück“

Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen



Referentin Ana Wäsler, ana.waesler@kneippvereinprien.de
0172 147 3654

Ort Vortragsraum Klinik Medical Park Prien Kronprinz
Alte Rathausstraße 9

Termin 17. Dezember von 18 bis 19 Uhr

In Märchen, Gedichten und alten Geschichten offenbaren sich reichlich Hinweise, die Schritte auf dem Weg zum Glück weisen.

Nehmen Sie Ihr Glück selbst in die Hand. Tanken Sie Lebensenergie auf und öffnen Sie sich inspirierenden Ideen.

Der Eintritt ist frei. Gäste und Spenden für den Kneipp-Verein sind willkommen.



Vorbehaltlich geltender Corona-Beschränkungen

Veranstalter	Prien Marketing GmbH
Leitung	Angela Kind oder Anna Prankl
Kontakt	08051 9 6050
Tour-Ankündigung	
Start, Dauer, Gebühr	monatliche Veranstaltungskalender, www.tourismus.prien.de Kontakt wie oben und Lokalteil der <i>Chiemgauzeitung</i> vor der Touristinfo, Alte Rathausstraße 11
Treff	keine Anmeldung, keine Mindestanzahl, immer samstags, bei jedem Wetter
Ausrüstung	wettergerechte Kleidung, festes Schuhwerk, Rucksack etc., eventuell Wanderstöcke
Einkehr	unterwegs

Per Bus zu gemütlichen Wanderungen in den Bergen oder entlang am verträumten Chiemsee-Ufer, kurze Ausflüge zu malerischen Almen oder erlebnisreiche Touren zu schönen Aussichtspunkten inmitten einer atemberaubenden Kulisse.

Das Wanderangebot der Prien Marketing GmbH ist überaus abwechslungsreich und bietet für jeden das passende Ziel. Jeden Samstag werden Sie von Anna Prankl, Kräuterpädagogin und Almführerin, oder Angela Kind, ebenfalls eine erfahrene einheimische Wander- und Almführerin, durch das schöne Chiemgauer Voralpenland begleitet.



Wichtiger Hinweis

27

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen des Kneipp-Vereins Prien am Chiemsee e.V. und seiner Partner erfolgt freiwillig und auf eigene Verantwortung.

Kontakt allgemein

Kneipp-Verein Prien e.V., Geschäftsstelle
Leiterin: Christiane Möhner
Ahornstraße 6 b, 83253 Rimsting, 0162 933 6810
christiane.moehner@kneippvereinprien.de



Kontakt Mitgliederverwaltung

- > Mitglied werden (Formulare siehe Homepage www.kneippvereinprien.de)
- > Änderungen Adresse, Bankverbindung
- > Kündigung der Mitgliedschaft (siehe Homepage www.kneippvereinprien.de Satzung)

Kneipp-Verein Prien e.V.
Schatzmeisterin Ana Wäsler
Schillerstraße 10, 83209 Prien, 0172 147 36 54
ana.waesler@kneippvereinprien.de



Auch unsere Nachbarvereine bieten interessante Veranstaltungen an:

www.kneippverein-aschau.de
www.kneipp-verein-berchtesgadenerland.de
www.kneipp-halfing.de
www.kneipp-verein-rosenheim.de

+punkte für Ihre Mitgliedschaft im Kneipp-Verein Prien e.V.

- + Wir senden Ihnen das Programmheft unmittelbar nach Erscheinen zu
- + Sie bekommen Ihren persönlichen Deutschland-weit gültigen Ausweis direkt vom Kneippbund
- + Sie erhalten jährlich das Kneipp-Journal 6 mal in 2-Monatsausgaben vom Kneippverlag in Bad Wörishofen zugesandt
- + Preisvorteile erhalten Sie bei unseren Angeboten, aber auch überregional bei Nachbar-Kneippvereinen sowie Aus-, Fort- und Weiterbildungskursen der Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen
- + Sie erhalten Bonuspunkte. Erkundigen Sie sich bei Ihrer gesetzlichen Krankenkasse
- + Sie finden Kontakt mit Gleichgesinnten bei den vielseitigen Kursangeboten, der Jahresmitgliederversammlung und der Jahresfahrt zu interessanten Orten und Events
- + Sie lernen Kneipp-Anwendungen und ihre positiven Wirkungen kennen
- + Sie können bei laufenden Kursen unverbindlich schnuppern
- + Sie erhalten Zugang zur Kneipp-Visite auf der Homepage des Kneipp-Bundes www.kneipp-bund.de für alle geläufigen Kneipp-Anwendungen
- + Sie lernen die Verwendung von Heilkräutern bei Kursen, Workshops, Vorträgen oder Wanderungen kennen
- + Sie unterstützen nachhaltig unsere präventive Gesundheitskonzeption
- + Sie helfen uns, unsere Ziele auf der Grundlage von Sebastian Kneipps fünf Wirkprinzipien der Gesundheit zu erreichen
- + Sie erhalten Preisvorteile beim Urlaub in den Kneipp-Kurhotels in Bad Wörishofen und Bad Lauterberg und bei Kneipp-Gesundheitshöfen deutschlandweit
- + Sie können alle zwei Jahre an der internationalen Kneippiade Gleichgesinnte aus ganz Europa treffen



Aufnahmeantrag **29**

Ausgefüllten Aufnahmeantrag und SEPA-Mandat bitte
senden an Kneipp-Verein Prien am Chiemsee e.V.
Frau Ana Wäsler, Schatzmeisterin, Schillerstraße 10
83209 Prien



Hiermit beantrage/n ich/wir eine Mitgliedschaft im Kneipp-Verein Prien am Chiemsee e.V.

ab

zum Mitgliedsbeitrag (Mindestmitgliedschaft 1 Jahr) von:

Einzelperson € 25,00 pro Jahr / Familie/Firma € 30,00 pro Jahr

.....
Nachname Vorname geb. am

.....
ggf. Partner/-in Nachname Vorname geb. am

.....
Straße PLZ Ort

.....
Telefonnummer E-Mail-Adresse (freiwillige Angabe)

Kinder unter 18 Jahren können beitragsfrei in die Familienmitgliedschaft aufgenommen werden:

.....
ggf. Kind Nachname Vorname geb. am

.....
ggf. Kind Nachname Vorname geb. am

Mit meiner/unserer Mitgliedschaft erkenne/n ich/wir die Satzung des Kneipp-Vereins an, einzusehen auf der Homepage www.kneippvereinprien.de (Menüleiste links „Satzung“) und die Satzung des Kneipp-Bund e.V., einzusehen unter www.kneippbund.de/wer-wir-sind/satzung-organigramm in der jeweils gültigen Fassung. Der Bezug der Zeitschrift „Kneipp-Journal“ ist in der Mitgliedschaft enthalten.

Ich bin/wir sind damit einverstanden, dass die personenbezogenen Daten unter Beachtung der Datenschutz-gesetze gespeichert und verarbeitet werden. Die Nutzung erfolgt ausschließlich für satzungsgemäße Zwecke des Kneipp-Vereins und des Kneipp-Bund e.V. mit seinen Untergliederungen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte z.B. für Werbezwecke findet nicht statt.

Ich/Wir bestätige/n, dass ich/wir die Informationen des Kneipp-Vereins zum Umgang mit den Daten gemäß Art. 13 DS-GVO erhalten habe/n.

Ich/Wir willige/n ein, dass die freiwillig angegebenen Daten zu den vorgesehenen Zwecken verarbeitet werden dürfen. Diese Einwilligung kann/können ich/wir jederzeit ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft durch eine Anzeige an den Kneipp-Verein und den Kneipp-Bund e.V. widerrufen (es genügt jeweils eine E-Mail).

.....
Ort Datum Unterschrift (bei Minderjährigen gesetzlicher Vertreter)

Auszufüllen vom Kneipp-Verein: Lieferung des Kneipp-Journals per • Einzelversand • Frachtversand

Informationen gemäß Art. 13 DSGVO

(Anlage zum Aufnahmeantrag)

Gemäß Art. 13 DSGVO hat der Verantwortliche (hier: Kneipp-Verein Prien e.V.) bei der Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten der betroffenen Person gegenüber Informationspflichten. Mit dieser Information wird dies erfüllt.

1. Name und Kontaktdaten des Kneipp-Vereins Prien am Chiemsee e.V.:

Christiane Möhner, Leiterin der Geschäftsstelle, 83253 Rimsting

2. Zwecke, für die personenbezogene Daten verarbeitet werden, sowie die Rechtsgrundlage für die Verarbeitung: Die personenbezogenen Daten, die mit dem Aufnahmeantrag zur Mitgliedschaft erhoben werden, werden für die Begründung und Durchführung des Mitgliedschaftsverhältnisses verarbeitet (Einladung zu Mitgliederversammlungen, Zusendung des Vereinsprogramms). Die Verarbeitung erfolgt hierbei aufgrund der Erforderlichkeit zur Erfüllung eines Vertrages gemäß Art. 6 Abs. 1 b DSGVO (Mitgliedschaftsverhältnis im Verein) oder ggf. weiter nach Art. 6 Abs. 1 f DSGVO (Wahrung berechtigter Interessen des Vereins).

Werden weitere personenbezogene Daten erhoben, ohne dass die Verarbeitung zur Erfüllung des Mitgliedschaftsvertrages erforderlich ist, erfolgt die Verarbeitung aufgrund einer expliziten Einwilligungserklärung nach Art. 6 Abs. 1 a DSGVO (freiwillige Angaben der Kommunikationsdaten mit dem Aufnahmeantrag, Einwilligung zum Beitragseinzug über SEPA-Lastschriftmandat; Einwilligung zur Veröffentlichung von Fotos von Kursteilnehmern im Internet oder Pressemedium).

3. Empfänger oder Kategorien von Empfängern personenbezogener Daten:

Personenbezogene Daten der Mitglieder werden an den Dachverband Kneipp-Bund e.V., Adolf-Scholz-Allee 6-8, 86825 Bad Wörishofen übermittelt, der diese zur Erfüllung seiner Verbandsaufgaben benötigt (Zustellung der Mitgliederzeitschrift Kneipp-Journal, Ausstellung des zentralen Mitgliedsausweises, Erhebung des monatlichen Bundesbeitrags, Verifizierung der Mitgliedsvergünstigungen bei Fortbildungen an der Sebastian-Kneipp-Akademie des Kneipp-Bund e.V.). Die Verarbeitung personenbezogener Daten erfolgt aufgrund der Erforderlichkeit zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung nach Art. 6 Abs. 1 c DSGVO, die sich aus der Satzung des Kneipp-Bund e.V. ergibt und zur Erfüllung des Mitgliedschaftsvertrags nach Art. 6 Abs. 1 b DSGVO.

Zudem werden die Bankverbindungsdaten der Mitglieder zum Zwecke des Beitragseinzugs an die Volksbank Raiffeisenbank Rosenheim-Chiemsee eG übermittelt, sofern als Rechtsgrundlage für diese Verarbeitung die Einwilligung zum Einzug des Mitgliedsbeitrags gemäß Art. 6 Abs. 1 a DSGVO in Form des SEPA-Lastschriftmandats unterzeichnet wurde.

4. Die Dauer der Speicherung personenbezogener Daten: Die personenbezogenen Daten werden solange gespeichert, solange sie für die oben genannten Zwecke erforderlich sind und solange gesetzliche Aufbewahrungsfristen dies verlangen. In der Regel beträgt die Speicherdauer aufgrund buchhalterischer Vorgaben zehn Jahre nach Mitgliedschaftsende.

5. Rechte der Betroffenen: Dem Mitglied stehen folgende Rechte zu: Recht auf Auskunft Art. 15 DSGVO, Recht auf Berichtigung Art. 16 DSGVO, Recht auf Löschung Art. 17 DSGVO, Recht auf Einschränkung der Verarbeitung Art. 18 DSGVO, Recht auf Datenübertragbarkeit Art. 20 DSGVO, Widerspruchsrecht (gegen die Verarbeitung) Art. 21 DSGVO.

6. Widerrufsrecht der Einwilligung: Bei Verarbeitung personenbezogener Daten aufgrund einer ausdrücklichen Einwilligung gemäß Art. 6 Abs. 1 a DSGVO oder aufgrund einer Einwilligung zur Verarbeitung besonderer Kategorien von personenbezogenen Daten wie Gesundheitsdaten gemäß Art. 9 Abs. 2 a DSGVO hat das Mitglied das Recht, die Einwilligung jederzeit zu widerrufen. Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt.

7. Bestehen eines Beschwerderechts bei einer Aufsichtsbehörde:

Für das Mitglied besteht ein Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde in Bayern:

Landesbeauftragter für den Datenschutz ist Prof. Dr. Thomas Petri.

8. Erforderlichkeit der Bereitstellung der personenbezogenen Daten und Folgen der Nichtbereitstellung:

Die Bereitstellung der über den Aufnahmeantrag zur Mitgliedschaft erhobenen personenbezogenen Daten (mit Ausnahme der freiwilligen Angaben) ist für den Mitgliedschaftsvertrag erforderlich; bei Nichtbereitstellung kann die Aufnahme des Mitglieds in den Kneipp-Verein e.V. nicht erfolgen.



Ausgefüllte Anmeldung mit SEPA-Mandat bitte senden an
 Kneipp-Verein Prien am Chiemsee e.V. Frau Ana Wäsler,
 Schatzmeisterin, Schillerstraße 10, 83209 Prien

30

Anmeldung Jahresausflug am 24. Juli 2021

zur internationalen KNEIPPIADE 2021 in Bad Wörishofen

Veranstaltungsangebot vor Ort siehe Halbjahresprogramm.
 Bezahlung der Busgebühr (25 € / Person) erfolgt per SEPA-Mandat.
 Die Gebühren werden 14 Tage vor Abfahrt abgebucht

.....

..... Personen

Zustieg in Prien Frasdorf Pfraundorf

.....
 Mitglied: Name, Vorname

Ort Datum

Meine Telefonnummer für eventuelle Rückfragen

SEPA MANDAT FÜR EINE EINMALIGE ZAHLUNG

Name Kontoinhaber.....

IBAN DE_ _ _ _ _

BIC, BANK_ _ _ _ _

Ort..... Datum.....

Unterschrift.....

Wir danken unseren Förderern und Partnern



vb-rb.de/prien

Weil es
Wichtigeres
gibt als Geld.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr
Zuversicht. Deshalb unterstützen wir
alle, die den Mut haben, ihre Zukunft
selbst in die Hand zu nehmen.

Volksbank Raiffeisenbank
in Prien am Chiemsee

