

# Kneipp <sup>Bund</sup>



Wasser, Heilkräuter, Ernährung, Bewegung, Lebensfreude  
Die fünf Säulen für ein gesundes Leben.

## *Kneipp-Aktiv-Club Wiesen/Rosalia*

**Jänner bis August 2025**

### **PILATES 60 plus**

ab **13. Jan. 2025** jeden Montag 17:30 - 18:30 Uhr  
mit Pilatetrainerin Irmgard Polstermüller  
Anmeldung und Auskunft Christine Murnberger unter Tel. 0664/5210688  
Kursbeitrag für 10 Einheiten für Mitglieder € 70,-- für Gäste € 80,--  
*Kursort:* Turnhalle Wiesen  
Mindestteilnehmer 8 Personen

### **PILATES**

ab **13. Jan. 2025** jeden Montag 18:30-19:30 Uhr  
mit Pilatetrainerin Irmgard Polstermüller  
Anmeldung und Auskunft Christine Murnberger unter Tel. 0664/5210688  
Kursbeitrag für 10 Einheiten für Mitglieder € 70,-- für Gäste € 80,--  
*Kursort:* Turnhalle Wiesen  
Mindestteilnehmer 8 Personen

### **SIMPLYFIT – Aktiv – Gesund -Turnen**

für Jugend – Frauen – und Männer  
ab **8. Jan. 2025** jeden Mittwoch 19:00-20:00 Uhr  
mit Kneipp Übungsleiterin Ulli Kremser  
Anmeldung und Auskunft Ulli Kremser Tel. 0664/99654910  
*Kursort:* Turnhalle Wiesen

### **Stretch up your Body**

Wirkt positiv und entspannend auf unser ganzes Energiesystem, Bindegewebe (Faszien), Cellulitis  
ab **9. Jan. 2025** jeden Donnerstag von 18:30-19:30 Uhr  
mit Übungsleiterin Ulli Kremser  
Anmeldung und Auskunft Ulli Kremser Tel. 0664/99654910 od. Christine Murnberger  
Tel. 0664/5210688  
Kursbeitrag für 10 Einheiten für Mitglieder € 70,-- für Gäste € 80,--  
*Kursort:* Turnhalle Wiesen

### **Smovey**

Durch die Vibration wird eine muskuläre Reaktion ausgelöst und so können die tiefer liegende Muskulatur sowie die Faszien (Bindegewebe) besser angesteuert werden.  
ab **7. Jan. 2025** jeden Dienstag 18:00-19:00 Uhr  
mit Kneipp Übungsleiterin Ulli Kremser  
Anmeldung und Auskunft Ulli Kremser Tel. 0664/99654910  
Kursbeitrag für 10 Einheiten für Mitglieder € 70,-- für Gäste € 80,--  
*Treffpunkt:* Parkplatz bei der Volksschule

**Weitere Termine siehe Rückseite**

### **THEATERFAHRT Komödie am Kai „Wir sind die Neuen“**

Eine hinreißende Generationskomödie, die ebenso turbulent wie feinsinnig den Zwist zwischen unterschiedlichen Lebenseinstellungen beschreibt und nicht zuletzt auch ein Plädoyer dafür ist, dass die Generationen viel mehr voneinander profitieren können als sie denken.

**Samstag 8. März 2025**

*Abfahrt: 18:00 Uhr beim Rathaus Wiesen*

Anmeldung **bis spätestens 31. Jänner 2025 bei** Christine Murnberger unter Tel.0664/5210688

### **Workshop „Ätherische Öle“**

*Vortragende:* Sylvia Ziervogel und Karmen Novinic´ Dipl. Kräuterpädagoginnen

**Samstag 22. März 2025** 8:30 Uhr Pfarrheim Wiesen

Anmeldung erbeten bis **spätestens 8. März 2025** Maria Fiebrich unter Tel. 0676/6289667

Selbstbehalt für Mitglieder € 45,-- für Gäste € 55,-- bei Anmeldung

### **Führung „Die Lichtenwörther Nadelburg“**

**Samstag 5. April 2025** 14:45 Uhr Gemeindeamt Lichtenwörth

Auf den Spuren von Kaiserin Maria Theresia führt dieser Weg zu den Anfängen der Industrialisierung. Wir besuchen die Sehenswürdigkeiten der Lichtenwörther Nadelburg.

Anmeldung erbeten bis **spätestens 27. März 2025** Maria Fiebrich unter Tel. 0676/6289667

Kostenbeitrag für Mitglieder € 5,-- für Gäste € 10,--

### **Workshop „Kochen mit Kräutern“**

*Vortragende:* Sylvia Ziervogel und Karmen Novinic´ Dipl. Kräuterpädagoginnen

**Samstag 10. Mai 2025** 8:30 Uhr Pfarrheim Wiesen

Anmeldung erbeten bis **spätestens 19. April 2025** Maria Fiebrich unter Tel. 0676/6289667

Selbstbehalt für Mitglieder € 45,-- für Gäste € 55,-- bei Anmeldung

### **TAGESAUSFLUG**

**Freitag 13. Juni 2025** *Abfahrt: 8:00 Uhr beim Rathaus Wiesen*

**Vormittag:** Hofladen Muhr, Führung und Verkostung (Stmk.)

*Gemeinsames Mittagessen*

**Nachmittag:** Konditorei Ebner, Kaffejause und Lebkuchen verzieren

Anmeldung bis **spätestens 13. Mai 2025** bei Maria Fiebrich Tel. 0676/6289667 oder

Christine Murnberger Tel.: 0664/5210688

### **THEATERFAHRT Fertörakos „Der Zigeunerprimas“**

Operette in drei Akten von Emmerich Kálmán.

**1. Akt:** In einer ungarischen Bauernstube

**2. Akt:** Im Festsaal des Palais Irini in Paris

**3. Akt:** Im Boudoir des Palais Irini in Paris

**Donnerstag 17. Juli 2025**

*Abfahrt: 8:00 Uhr beim Rathaus Wiesen*

Anmeldung **bis spätestens 17. Jänner 2025 bei** Christine Murnberger unter Tel.0664/5210688

### **Heilkräuterweihe**

**Donnerstag, 15. August 2025** 8.45 Uhr Pfarrkirche Wiesen

Die Kräutersträußchen können für einen Unkostenbeitrag erworben werden. Dieser Betrag wird vom Kneipp-Aktiv-Club Wiesen aufgestockt und der Pfarre Wiesen für das Pfarrheim zur Verfügung gestellt.

Änderungen vorbehalten!!!

Viel Vergnügen wünscht der Kneipp-Aktiv-Club Wiesen/Rosalia!!!!

**Kontakt:** Kneipp-Aktiv-Club Wiesen/Rosalia,

7203 Wiesen, Kastanienweg 3,

Maria Fiebrich, Tel. 0676/6289667 e-mail: kac.wiesen@gmx.at

Christine Murnberger Tel. 0664/5210688 e-mail: cjmurli@aon.at

Ulli Kremser, Tel. 0664/99654910 e-mail: kac.wiesen@gmx.at

Homepage: <http://wiesen.kneippbund.at>