

Kneipp ^{Bund}



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>