

Programmhefte
nicht wegwerfen
Termine bitte im
Kalender eintragen

Kneipp Aktiv-Club

BAD HALL – PFARRKIRCHEN

Programm: 1. Halbjahr 2023



Termine auch auf <http://badhall.kneippbund.at>

Auskünfte erhalten Sie gerne bei unseren Vorstandsmitglieder

Karl Sturmberger, 0664 8656624

Mag. Katharina Ulbrich, 0699 12658499

Ingrid Latschenberger-Ehrig, 0664 9608646

KSturmberger@gmx.at

ulbrich.katharina@gmail.com

ingrid.latschenberger@24speed.at

Vorteile für Mitglieder

Nur Mitglieder erhalten:

Kompetente Beratung in Sachen Gesundheit,
bis zu **30 % Ermäßigung** auf alle Gymnastikkurse
bis zu **20 % Ermäßigung** auf alle Seminare und Workshops,
5 % Ermäßigung auf **Bücher** des Kneippverlages und **Kneipp-Sportkleidung**,
10 x jährlich die Kneippzeitschrift und **2 x jährlich kostenlos das aktuelle Kursprogramm** des Kneipp Aktiv Clubs,
ein breites Angebot an Seminaren, Sportveranstaltungen und Vorträge

Information zur Mitgliedschaft:

Jahresmitgliedsbetrag **2023: Euro 27,-** Ehepartner zahlt die Hälfte
Die Mitgliedschaft wird begründet, wenn ein unterschriebenes Anmeldeformular vorliegt und der Mitgliedsbeitrag bezahlt wurde, findet man in jeder Kneippzeitung.
Kündigung der Mitgliedschaft durch schriftliche Bekanntgabe bis 31. Oktober 2023.
Erfolgt keine Kündigung wird die Mitgliedschaft automatisch verlängert.

.....
Für die Werbung neuer Mitglieder sind wir Ihnen sehr dankbar !

ANMELDUNG zum Kneipp Aktiv Club Bad Hall - Pfarrkirchen

Titel	
Vorname	
Name	
PLZ/Ort	
Straße	
Tel.	
Beruf	
Geb. Datum	
Werber	

.....
Ort / Datum

.....
Unterschrift des Neumitgliedes

Anmeldung bei Karl Sturmberger

Programmübersicht

Mittwoch, 1. März
Demenz Alzheimer Training
Donnerstag, 23. März +
Donnerstag, 25. Mai
Stammtischrunden
Jeden Dienstag
Wirbelsäulentraining
Freitag, 10. März +
Mittwoch, 7. Juni
Aderlass
Jeden Dienstag
Aqua Fit`n Fun
Donnerstag, 20. April
Jahreshauptversammlung
Freitag, 12. Mai
Sternwarte Kremsmünster
Donnerstag, 13. April
Hohe Linde Rundwanderw.
Donnerstag, 25. Mai
Feyregger Rundwanderweg
Dienstag, 6. Juni
Johannas Zaubergarten
Donnerstag, 22. Juni
Narzissenweg Grünau

Unser Ziel: Gesunde Menschen - wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe

Stammtischrunde

14.30 Uhr, Kurcafe

Donnerstag, 23. März

Donnerstag, 25. Mai

Wir laden alle ein zu einem gemütlichen Nachmittag bei Kaffee und Kuchen. Zwangloses Plaudern und Unterhalten mit Freunden und Bekannten.

Jeder ist herzlich willkommen.



Wirbelsäulen - Training



Jeden Dienstag (10 x 1 Einheit) dehnen – kräftigen - mobilisieren
9 – 10 Uhr, **Tagesheimstätte** Ed. Bachstraße

Mitglieder: **50,- €**, Gäste: **60,- €** **Einstieg jederzeit möglich**

Kursleitung: **Lehner Gertraud**, geprüfte Wirbelsäulentrainerin
Ziel dieses Trainings ist Dehnung, Kräftigung und Mobilisierung des Körpers, sowie Sturzprophylaxe. Spiel und Spaß dürfen dabei nicht fehlen.

Bequeme Kleidung, bitte unbedingt Matte mitbringen!

Anmeldungen: 0664 8656624

ADERLASS Forum Hall ab 7.15 Uhr

Freitag, 10. März

Mittwoch, 7. Juni

Anmeldung bei Naturstube, Tel. 07258 29120

office@naturstube-badhall.at

Anzahlung 50,- €

Kneipp Mitglieder zahlen 85,- €

Unser Ziel: Gesunde Menschen - wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe

Jeden Dienstag

15 Uhr, Unterwassergymnastik

Treffpunkt: Physikarium Bad Hall

5 x jeweils Dienstag

Mit Musik und Choreographie werden Herz, Kreislauf und Koordination optimal in Schwung gebracht. Der Auftrieb im Wasser verbessert die Bewegungsmöglichkeiten.

Anmeldungen unbedingt erforderlich, 0664 9608646

Aqua Fit`n Fun



Mittwoch, 1. März

Forum Hall, 18 Uhr

Demenz – Alzheimer Training

Vortrag von Andrea Tischler

Ich bin ausgebildete Alzheimer-Demenz Trainerin und biete individuelle Trainingsprogramme zur Stabilisierung und Verbesserung der Lebensqualität dementer Personen an. Personen mit Demenz haben Fähigkeiten und die sollen so lange erhalten bleiben durch: Gedächtnistraining – Körpertraining – Wahrnehmung – Spiele und Kreatives – erlernen und verloren gegangener Alltagsfunktionen! Durch gezieltes Training kann die Alltagsleistung und Selbständigkeit der Betroffenen verbessert und erhalten werden!

Eintritt: Mitglieder 2,- €, Gäste: 3,- €



Freitag, 12. Mai

9 Uhr, Großparkplatz

Fahrgemeinschaft

Sternwarte Kremsmünster

Führung mit Franziska Reiter

Dauer ca. 2 Stunden. **Preis:** 9,50 € pro Person.

Jeder sollte gut zu Fuß sein.

Kein Lift im Haus, aber die Stufen sind bequem zu gehen, Wir besichtigen alle 7 Stockwerke und machen in jedem Stockwerk - Halt. Fossilien, Mineralien, kulturhistorische Sammlungen, Tier- und Pflanzenwelt, Instrumente aus drei Jahrhunderten, Astronomie, Aussichtsterrasse mit Blick in die Berge.



Aussichtsterrasse mit Blick in die Berge.

Anmeldungen bis spätestens 5. Mai 0664 8656624

Einladung

zur

Jahreshauptversammlung

Donnerstag, 20. April 2023

Gasthof Heinz, 18 Uhr

Tagesordnung

Begrüßung

Totengedenken

Bericht des Obmannes

Bericht des Kassiers

Bericht der Rechnungsprüfer

Entlastung des Vorstandes

Neuwahl des Vorstandes und der Kassaprüfer

Allfälliges

Anträge zur Hauptversammlung sind mindestens 8 Tage vor dem Termin beim Obmann schriftlich einzureichen.

Bei der Jahreshauptversammlung hat jedes Mitglied Gelegenheit seine Wünsche und Anregungen vorzubringen.

Sollten nicht 2/3 aller Mitglieder zu Beginn der Veranstaltung anwesend sein, wird den Statuten gemäß eine halbe Stunde zugewartet.

Unser Ziel: *Gesunde Menschen - wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe*

Donnerstag, 13. April

13 Uhr, Großparkplatz, Fahrgemeinschaft

Vom Ortszentrum Adlwang beginnt die Wanderung entlang der Waldneukirchner Straße, bis zur Weißen-Kreuz-Straße, weiter bis zum Hof Kotbauer, dann links zum Pyret-Wald. Der gesamte Wegabschnitt gilt seit undenklicher Zeit als Wallfahrtsweg der Wallfahrer aus den Pfarren Aschach und Steinbach an der Steyr sowie von Ternberg. Der Weg führt bis zur Brücke über den Fernbach. Der Kroibenhof ist ein Erbhof, d. h. dieser Hof befindet sich schon über 200 Jahre im ununterbrochenen Familienbesitz. Gemächlich führt der Wanderweg entlang dem Güterweg Emsenhub bis zu dessen Einmündung in den Güterweg Hallerwald. Letzteren geht es aufwärts bis zur Einmündung in den Güterweg Hohe Linde. Einkehr im Gasthaus „Zur hohen Linde“.

Hohe Linde Rundwanderweg



Anmeldungen bis spätestens 5. April 0664 73382437 od. 0699 81177571



Donnerstag, 25. Mai

13 Uhr, Großparkplatz, Springbrunnen

Von der Eduard-Bach-Straße wandern wir zur Tassiloquelle den Petschgerweg hinauf nach Pfarrkirchen zur Pfarrkirche, die dem Hl. Georg geweiht ist, weiter zur Kapelle auf dem Kalvarienberg. Hofleitenweg zur Urbarmühle, am Güterweg Schachner, Waldweg zum Großortner. Auf der Dehenwanger Straße und Haidbauern Straße gelangen wir am Wiesenweg zum Golfplatz. Hier hat man einen schönen Blick ins Alpenvorland. Retour von Feyregg vorbei Schwimmbad nach Bad Hall. Einkehr im Kurcafe.

Feyregger Rundwanderweg



**Anmeldungen bis spätestens 19. Mai
0664 73382437 oder 0699 81177571**



Unser Ziel: *Gesunde Menschen - wir bieten Hilfe zur Selbsthilfe*

Dienstag, 6. Juni
14 Uhr, Springbrunnen

Johannas Zaubergarten

Lassen Sie sich verzaubern von der außergewöhnlichen Stimmung beim Durchwandern dieser Gartenanlage.

Umgeben von einem hohen Baumbestand spazieren Sie auf 4.300 m² durch eine Vielzahl von blühenden Oasen sowie einer sehr umfangreichen Pflanzenvielfalt mit vielen Raritäten, die zwischen prächtigen Steinschichtungen und 3 Themen-Teichen stilsicher eingebettet sind. Genießen Sie bei



den zahlreichen Sitzplätzen die Anblicke der großen und kleinen Details und lassen Sie sich zu eigenen Ideen inspirieren, gerne auch mit einem Gläschen Wein in der Hand. Der natürliche Charme entsteht durch die liebevolle und kreative Hand der Gartenbesitzer sowie die auf Blickachsen aufgebaute Architektur in Verbindung mit einem über mehrere Ebenen geführten Wegenetz, die viele überraschende Themenlösungen anbietet. Besonderheiten: Ein großzügiger Gemüse- und Kräutergarten in Labyrinthform mit Hochbeeten, eine eigene Speise-Pilzzucht, Obstbäume und essbare Landschaften zeugen von der Einstellung der Besitzer im Umgang mit hochwertigen und gesunden Lebensmitteln.

Eintritt: 10,- €, Kaffee und Kuchen 7,- €

Wenn Regenwetter, dann 14. Juni

Anmeldungen bis spätestens 1. Juni 0664 73382437 oder 0699 81177571



Donnerstag, 22. Juni

13 Uhr, Großparkplatz

Fahrgemeinschaft

Narzissenweg in Grünau

Der Narzissenweg im Almtal rund um den Zuckerhut ist eine ideale Familienwanderung. Hier findet das Narzissenfest inmitten der Natur statt. Wenn man von Grünau im Almtal auf dem Wanderweg in Richtung Hochberghaus wandert, durchschreitet man im Bereich der Irrer Alm Wiesen, die wie im Winter weiß sind. Aber nicht weiß vom Schnee, sondern voll mit Narzissen. Dieses wunderschöne Naturschauspiel ist bis Mitte Juni zu erleben und zu genießen. Einkehr in Pettenbach, Floriani Stub`n

Anmeldungen bis spätestens 15. Juni
0664 73382437 oder 0699 81177571





Neuer Schaukasten

Bitte beachten Sie die Ankündigungen
am Haus in der Kirchenstraße 13



Ihr Partner in allen Gesundheitsfragen!

Mag. pharm. Andreas Gökler
A-4540 Bad Hall,
Hauptplatz 7
Telefon: 07258/2277

office@apotheke-badhall.at
www.apotheke-badhall.at

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 8:00-19:00
Sa 8:00-12:00

SPARKASSE

Oberösterreich

Kutsam

Wo Mode zum Erlebnis wird!

Bad Hall - Hauptplatz 21

Online bestellen:
www.kutsam.at

RABE



Jacke
€129,99 →

← Bluse
€89,99

