



Die erste Besuchergruppe am Kneipp-Gesundheitsgarten kam mit dem Fahrrad aus Nieukerk. Die Gemeinde Kerken hat die Tour in Zusammenarbeit mit Wilfried Küsters, Wasser.Erlebnis.Begleiter und Niederrhein Guide organisiert. Neben praktischer Kneipp-Anwendung gab es Informationen zu den fünf Elementen von Kneipp. Wie gewohnt hatte Wilfried Küsters mit Kräutern, Nüssen und Beeren ein paar gesunde Leckerbissen dabei.

Die Arbeiten auf dem Gelände zwischen der Gelderland-Klinik und dem St. Clemens-Hospital werden voraussichtlich im Juli abgeschlossen sein. Die Bänke in der rund angelegten Oase laden schon jetzt zu einer Entspannungspause ein, außerdem lohnt bei jedem Besuch ein Gang über den Barfußpfad als Freiluftbad für die Füße.

Die für Sonntag, 17. Mai (Kneipp's 199. Geburtstag) geplante Eröffnung des „Ganzheitlichen Lebens- und Sinnesgarten mit Erlebnischarakter nach Sebastian Kneipp“ wird voraussichtlich auf Sonntag, 20. September verschoben. Achten Sie auf die Ankündigungen in der Presse.

Die Kneipp-Geschäftsstelle am Markt 17 ist zu den gewohnten Zeiten dienstags und freitags zwischen 9 und 12 Uhr, sowie donnerstags von 15 bis 18 Uhr sporadisch meistens geöffnet. Die Geschäftsstellenleiterin Jessica Bosch beantwortet Ihre Fragen unter Tel. 02831 993880.

Das Mitte Mai gestartete kostenfreie Outdoor-Training auf dem Gelände neben dem Kneipp-Garten an der Gelderland-Klinik, Clemensstraße, in Geldern wurde von Beginn an sehr gut angenommen. Wir freuen uns in dieser „ver-rückten“ Zeit von Montag bis Donnerstag (außer an Feiertagen) ein passendes Alternativangebot zu unseren Hallenkursen gefunden zu haben. Damit sich jeder auch in den Sommermonaten fit halten kann, dehnen wir die einstündigen Workouts auf die Sommerferien aus. Die Teilnehmenden müssen sich in Listen eintragen und auf die geltenden Abstandsregeln achten. Die Fitness-Stunden finden nicht bei Regen statt. Eine Anmeldung für diese fünf Angebote an vier Wochentagen ist nicht erforderlich. Matten sind mitzubringen.

**Montags** 18.00 Uhr Pilates  
REHA-Trainerin Brigitte Aryee  
19.30 Uhr Functional-Fitness  
Personal-Trainerin Désirée Fox

**Dienstags** 18.00 Uhr Rücken-Fitness  
REHA-Trainer Michael Knops

**Mittwochs** 18.00 Uhr Fitness  
REHA-Trainerin Edith Scheffer

**Donnerstags** 18.00 Uhr REHA-Gymnastik  
REHA-Trainerin Brigitte Aryee

#### Homepage im neuen Outfit

Wir haben die ruhige Zeit genutzt unsere Internetseite neu zu gestalten. Dazu haben wir uns professioneller Hilfe der Firma Skull Media bedient. Es haben sich in den letzten Jahren viele nützliche technologische Neuerungen ergeben, die jetzt umgesetzt wurden. Übersichtlichkeit durch sinnvolle Blickführung, Verständlichkeit durch optimierte Texte und Barrierefreiheit für eingeschränkte Website-Besucher schaffen mit dem überarbeiteten Design auch für Tablet und Smartphone ein positives Erlebnis. Informativ und immer auf dem neuesten Stand ist das Ziel unserer neuen Internet-Seite.

Besuchen Sie uns auf [www.kneippverein-gelderland.de](http://www.kneippverein-gelderland.de) und sagen Sie uns Ihre Meinung.

Viele erinnern sich bestimmt an unsere Praktikantin Désirée Fox, die ein Jahr bei uns hospitiert und zwischenzeitlich ihr Studium an der Hochschule Rhein-Waal mit Erfolg abgeschlossen hat. Seit dieser Zeit bietet sie für uns ihr Outdoor-Functional-Training an. (siehe links). Ende Mai haben sich Dési und Eddi in einer Outdoor-Hochzeit am Waldrestaurant Höfer das Ja-Wort gegeben. Wir wünschen den beiden eine glückliche Zukunft.





Besuchen Sie den **Solegarten St. Jakob** in der Wallfahrtsstadt Kevelaer. Es ist ein Ort der Erholung, Entspannung und Entschleunigung und die einzige Solequelle am Niederrhein mit begehbarem Gradierwerk in Muschelform.

Ein abwechslungsreiches Kursangebot verspricht die „**Atempause im August light**“ in Kevelaer rund um das Gradierwerk vom **13. Juli bis zum 7. August**. Die Auszeit unter freiem Himmel feiert ihr 5-jähriges Bestehen. Dank der freundlichen Unterstützung der Volksbank an der Niers darf Vorfreude auf Fitness, Auspowern und Entspannung unter freiem Himmel aufkommen. Mit maximal 50 Personen finden Kurse rund um das Thema „**Gesund an Leib und Seele**“ statt. Der Kursplan ist unter [www.kevelaer-tourismus.de](http://www.kevelaer-tourismus.de) einsehbar sein.

Der **Kneipp-Verein Gelderland** ist wieder dabei mit folgenden Angeboten:

Pilates: montags, 13. und 20.07. von 11 bis 12 Uhr sowie am 03.08. von 18 bis 18.45 Uhr.

Functional Fitness-Training: freitags, 24.07., 31.07. und 07.08. von 10 bis 11 Uhr.

**NEU:** Kneipp-Einführung am Kneipp-Tretbecken: zweimal dienstags, 28.07. und 04.08.

von 10 bis 11 Uhr sowie dreimal mittwochs, 22.07., 29.07. und 05.08. von 18 bis 19 Uhr.

Das **Stadtradeln vom 15. Juni bis 5. Juli** ist eine großartige Alternative für unsere noch ausgesetzten Rad/Wanderungen. Bitte schließen Sie sich dem **Team „Kneipp-Verein Gelderland“** mit Ihren gefahrenen Kilometern an. Sie müssen sich nur unter [www.stadtradeln.de/geldern](http://www.stadtradeln.de/geldern) registrieren und dort Ihre Kilometer erfassen. **Danke!**

**Einen ganzen Sommer lang.....**

...gibt es „**Die etwas andere Landpartie am Niederrhein**“ als Sommerradtour zu Kunst, Kunsthandwerk und Kreativem rund um Kevelaer zu erleben. Dank einer ausgetüftelten Fahrradrouten sind die **24 Stationen** gut zu erreichen.



Dieses Mitteilungsblatt wurde gedruckt mit freundlicher Unterstützung der

**STADTWERKE  
GELDERN**



Erinnern Sie sich an unseren Aufruf den Niederrhein auf eigene Faust zu entdecken und uns zu berichten? Unsere Rad/Wanderführerin Gisela Ehlert hat so einen zauberhaften Platz aufgespürt: **Das Gut Heimendahl, Haus Bockdorf 1 in Kempen** ist mit den praktischen Knotenpunkten ganz bequem und

ohne Kartenmaterial zu erreichen. Das angeschlossene Hofcafé & Hofladen hat von

Dienstag bis Freitag von 10 bis 16 Uhr und am (*Suppen*) Samstag von 10 bis 15 Uhr geöffnet. Infos unter [www.gut-heimendahl.de](http://www.gut-heimendahl.de)



Kennen Sie die Alltagsmenschen in **Straelen** schon? Einige befinden sich auf der **LaGa in Kamp-Lintfort** und bald sind sie nochmal in unserer Nähe.

Die **ALLTAGS  
MENSCHEN**  
besuchen Rheinberg  
Betonfigurenausstellung von **CHRISTEL LECHNER**



**9. JULI bis  
8. NOVEMBER  
2020**

Die Stadt Essen hat bis zum Ende des Jahres alle Stadtführungen abgesagt, sodass auch unsere für den **26. August** geplante **Schiffahrt auf dem Baldeneysee** „ins Wasser fällt“.

Ob wir am **23. September** den **Naturerlebnispark Panarboria in Waldbröl** besuchen können, steht jetzt noch nicht fest und wird über die Presse bekanntgegeben. Über die zwei weiteren in diesem Jahr geplanten Tagestouren (Oktober und Dezember) berichten wir im nächsten Mitteilungsblatt.

**Wander- und Radwandertermine.....**

....finden Sie für gewöhnlich an dieser Stelle. Bis zum Ende der Sommerferien werden keine Rad-/Wanderungen des Kneipp-Vereins stattfinden. Achten Sie auf den Aushang an der Geschäftsstelle Markt 17 in Geldern und die Infos in der Presse.