

Unsere neue Mitarbeiterin in der Geschäftsstelle

Viele haben sie bei Besuchen in der Geschäftsstelle bereits kennengelernt. Seit dem 15. Mai ist **Annette Averdunk** aus Sonsbeck zuständig für alle in der Kneipp-Geschäftsstelle anfallenden Tätigkeiten. Die 61-Jährige ist Reha-Trainerin - Schwerpunkt Orthopädie - und hat bisher ein Damen-Fitnessstudio in Xanten geleitet. Sie freut sich auf ihre neue umfangreiche Aufgabe. Dazu gehört die komplette Mitgliederverwaltung, Anmeldungen zu Kursen und Tagestouren sowie Reha-Beratung. Sie erreichen Annette Averdunk zu den Öffnungszeiten der Kneipp-Geschäftsstelle **dienstags und freitags von 9 Uhr bis 12 Uhr sowie donnerstags von 15 bis 18 Uhr**, telefonisch in dieser Zeit unter 02831 993880 sowie per E-Mail annette.averdunk@kneippverein-gelderland.de.



Die Kneipp-Geschäftsstelle ist noch bis einschließlich 11. Juli geschlossen. Bitte melden Sie sich zu den nach den Sommerferien stattfindenden Kursen gemäß Programmheft (3. Block) per E-Mail an: kneipp@kneippverein-gelderland.de. Vielen Dank!

#trotzdemSPORT
Eine Aktion des Landessportbundes NRW



Sommeredition „SPORT IM PARK“

Mit freundlicher Unterstützung von



KreisSportBund Kleve e.V.



LANDESSPORTBUND NORDRHEIN-WESTFALEN



Nach dem sehr erfolgreichen online-Sport, bei dem wir seit Januar insgesamt 4.300 Menschen bewegt haben, geht es in diesem Sommer **kostenfrei** dank #trotzdemSPORT als Sommeredition draußen weiter: Im Kneipp-Gesundheitsgarten am Gesundheitscampus Clemensstraße, Geldern.

Montags 18.00 Uhr Rückenfitness mit Michael Knops
Mittwochs 18.30 Uhr Fitness und Mobilisation mit Edith Scheffer
Freitags 18.00 Uhr Pilates mit Brigitte Aryee

Eine allgemeine Anmeldung per E-Mail mit dem Hinweis „Outdoor“ oder #trotzdem Sport ist erwünscht aber nicht verpflichtend:

kneipp@kneippverein-gelderland.de

Es geht darum, dass wir Sie bei Änderungen informieren können. Die Teilnehmenden tragen sich jeden Abend in eine Liste ein. Matten und zwei kleine Wasserflaschen sind mitzubringen. Am Krankenhausgelände fallen Parkgebühren an. Bei Regen findet der Sport nicht statt.

Freunde von Fitness, Entspannung und Entschleunigung können sich wieder über die **ATEMPAUSE** als Kurzurlaub im Solegarten St. Jakob in Kevelaer freuen. **Vom 26. Juli bis 13. August** ist auch der Kneipp-Verein Gelderland wieder als Anbieter von Kursen dabei. Die Termine der **einstündigen Kneipp-Einführungen** geben wir hier schon bekannt: **Dienstag, 27. Juli 17 Uhr, Freitag, 30. Juli 17 Uhr, Dienstag, 3. August 10 Uhr, Freitag, 6. August 17 Uhr, Dienstag, 10. August 10 Uhr und Freitag, 13. August 17 Uhr.**

Das gesamte Programm finden Sie unter www.kevelaer-tourismus.de. Für Kurse und Kneipp-Einführungen ist eine Anmeldung per E-Mail erforderlich: atempause@kevelaer.de, telefonisch unter 02832 122-808. Getränke und Obst stehen gratis zur Mitnahme bereit.

Nach den Sommerferien startet wieder die **Klangschalenentspannung mit Thekla Rütten**. Kurs Nr. 603 findet **montags von 18 bis 19 Uhr** (23. August bis 4. Oktober) im Kraftraum der **Halle Am Bollwerk in Geldern** statt. Mitglieder zahlen 28 Euro, NMG 31,50 Euro.

Bei Erscheinung des Mitteilungsblattes wird das beliebte **STADTRADELN** schon zu Ende sein. Etwa 10 Personen haben ihre gefahrenen Kilometer dem Team Kneipp-Verein Gelderland e. V. gutgeschrieben. Dafür an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön. **STADTRADELN** ist der Wettbewerb, bei dem es darum geht, 21 Tage lang (bis 11. Juli) **möglichst viele Alltagswege klimafreundlich mit dem Fahrrad zurückzulegen**, um so einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten. Das können sowohl die Wege zur Arbeit, Einkaufstouren oder Fahrradausflüge sein. Sicher wird es den Wettbewerb auch im kommenden Jahr geben. Informationen www.stadtradeln.de/geldern.

Der für den **Dienstag, 24. August** vorgesehene Vortrag „Einführung in die Entspannungshypnose mit Blockadenlösung“ mit **Thomas Ammich** muss leider ausfallen und wird auf das nächste Jahr verlegt. Nähere Informationen zum Hypnotiseur Thomas Ammich aus Keylaer mit eigener Praxis unter www.hypnosepraxis-keylaer.de

Zu einer abendlichen Waldwanderung mit unserer integrativen **Waldtherapeutin Ute Stehlmann** hatten wir an einem warmen Sommerabend in den schattigen Uedemer Hochwald zu 150-jährigen Buchen und Eichen eingeladen. Über 20 Teilnehmende waren bei der Veranstaltung dabei, die als Einführung für das ab **Freitag, 20. August** stattfindende **Waldbaden** gemäß Programmheft (Seite 32) galt. An insgesamt **sechs Freitagabenden (20. August bis 24. September)** bewegen wir uns als kleine Gruppe nur kurze Strecken in ausgewählten Wäldern der Umgebung und nutzen sie für **Atem- und Entspannungsübungen**. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldungen bitte per E-Mail an kneipp@kneippverein-gelderland.de. Mitglieder zahlen 36 Euro, NMG 42 Euro.



Dieses Mitteilungsblatt wurde gedruckt mit freundlicher Unterstützung der

**STADTWERKE
GELDERN**



1821 - 2021

**KNEIPP
JAHRE**

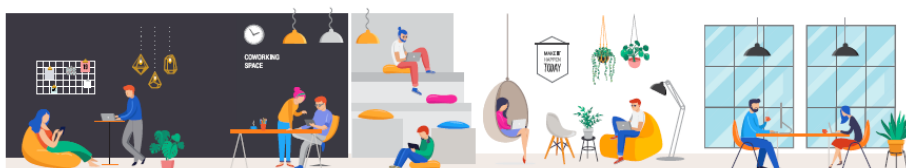
Der **200. Geburtstag von Sebastian Kneipp** (*17.05.1821 - 17.06.1897) wird noch mehrfach gefeiert in diesem Jahr: Am „**Tag der Kräuter**“, **Sonntag, 15. August** werden besondere Veranstaltungen in Geldern und Kevelaer stattfinden. Bitte merken Sie den Termin vor und achten Sie auf die Ankündigungen in der Presse.

TAGESTOUREN

Am **Mittwoch, 25. August 2021** machen wir eine **Schiffahrt auf dem Baldeneysee**. Es liegen schon viele Anmeldungen vor. Nähere Infos auf Seite 44 im Programmheft. Derzeit sind **noch wenige Plätze frei**. Anmeldungen per E-Mail an kneipp@kneippverein-gelderland.de. Bitte denken Sie bei Tagestouren immer daran, Ihren **Einstiegsort Issum oder Geldern** anzugeben. Bei Rückfragen melden Sie sich unter 02831 993880.

Mit freundlicher Unterstützung

Coworking Geldern



COWORKING by GeldernerGründerZentrum GmbH • Glockengasse 5 • 47608 Geldern • www.coworking-geldern.de

Ab dem **10. Juli** starten wir mit dem **Rad/Wanderprogramm** gemäß Programmheft. Bitte achten Sie hierzu **unbedingt** auf die Ankündigungen in der Presse. An dieser Stelle werden wir keine Einzelheiten bekanntgeben, da sich auch Ziele ändern können.

**Verein
Kneipp**
aktiv & gesund
Gelderland e.V.



DIE
NATUR
HILFT

Anschrift Kneipp-Geschäftsstelle: Markt 17, 47608 Geldern
Tel. 02831 993880, www.kneippverein-gelderland.de
Öffnungszeiten: Die. + Frei. 9 bis 12 Uhr, Do. 15 bis 18 Uhr

Das Mitteilungsblatt wurde erstellt von Schriftführerin Liss Steeger