



Freitag, 11. Oktober 2024

7.15 - 7.45 Uhr	Aquafitness
10.00 Uhr	Bus-Schiffahrt an den Main Wertheim - Miltenberg
18.00 Uhr	Gemeinsames Abendessen im Landhotel Spessarttruh
20.00 Uhr	<i>Kneipp-Abschiedsabend</i>

Samstag, 12. Oktober 2024 ABREISE

9.30 Uhr	Verladen der Koffer und Abreise nach Geldern Zwischenstopp
18.00 - 20.00 Uhr	Rückkehr in Geldern

*Der Preis für diese Reise beträgt für Kneipp-Mitglieder
710 Euro pro Person im Doppelzimmer.
760 Euro pro Person im Doppelzimmer für Nichtmitglieder.
110 Euro pro Person Einzelzimmer-Zuschlag*

*Im Preis sind alle hier aufgeführten Programmpunkte enthalten.
Nordic-Walking-Stöcke sind mitzubringen.*

Bademäntel können für 10 Euro (Pfand 4 Euro) ausgeliehen werden.

Informationen zum Hotel unter www.landhotel-spessarttruh.de

Samstag, 5. Oktober 2024 ANREISE

7.30 Uhr	Verladen der Koffer am Busbahnhof Geldern
7.45 Uhr	Abfahrt nach Frammersbach Zwischenstopp / Stadtrundgang
18.00 Uhr	Gemeinsames Abendessen im Landhotel Spessarttruh
20.00 Uhr	<i>Begrüßungsabend mit Programmvorstellung</i>

Sonntag, 6. Oktober 2024

10.00 Uhr	Aquafitness
12.00 Uhr	Spaziergang mit Ausblicken und Kneipp- Tretbecken 3,5 km
15.30 Uhr	Gemeinsames Kaffeetrinken im Landhotel Spessarttruh
18.00 Uhr	Gemeinsames Abendessen im Landhotel Spessarttruh
20.00 Uhr	<i>„Das Wirtshaus im Spessart“: Deutsche Filmkomödie von Kurt Hoffmann aus 1958, frei nach der gleichnamigen Vorlage von Wilhelm Hauff aus dem Jahre 1827</i>



Montag, 7. Oktober 2024

- 7.15 - 7.45 Uhr Aquafitness
 11.00 - 12.30 Uhr Waldbaden am Mutterberg
 13.00 - 17.00 Uhr **Halbtagswanderung durch den Spessart mit Wanderführer**
 Rückkehr gegen 17.00 Uhr
 18.00 Uhr Gemeinsames Abendessen im Landhotel Frammersbach
 20.00 Uhr *Kegelabend*

Dienstag, 8. Oktober 2024

- 7.15 - 7.45 Uhr Aquafitness
 10.00 Uhr **Drei-Bäder-Fahrt über den hessischen Spessart**
 Bad Orb, Bad Brückenau, Bad Kissingen
 18.00 Uhr Gemeinsames Abendessen im Landhotel Spessart
 20.00 Uhr *Uralte Buchen und knorrige Eichen im ältesten Naturpark Bayerns: der Spessart*
Ute Stehlmann

Mittwoch, 9. Oktober 2024

- 7.15 - 7.45 Uhr Aquafitness
 10.00 - 17.00 Uhr **Tageswanderung durch den Spessart mit Wanderführer**
 18.00 Uhr Gemeinsames Abendessen im Landhotel Frammersbach
 20.00 Uhr *Fröhliches Liedersingen mit Liss Steeger und Udo Spelleken*

Donnerstag, 10. Oktober 2024

- 7.15 - 7.45 Uhr Aquafitness
 10.00 - 12.00 Uhr Wanderung zum Kneipp-Park Lohrbach 5 km
 und/oder Fahrt mit dem Linienbus nach Lohr am Main
 18.00 Uhr Gemeinsames Abendessen im Landhotel Frammersbach
 20.00 Uhr *„Freundschaft - das ist wie Heimat!“
 Dichterlesung Kurt Tucholsky,
 deutscher Schriftsteller 1890 - 1935*
Liss Steeger