

## Yoga

Tag	Uhrzeit	Ort	Name
Dienstag	10:15 Uhr	Gerichtstr.24	Fr.Pantschitz
	17:30 Uhr	Mußbach	Fr. Altmayer
	18:45 Uhr	Mußbach	Fr. Altmayer
	18:30 Uhr	Lachen	Fr. Reinfrank
	18:00 Uhr	Freimersheim	Fr. Kuppetz
19:00 Uhr	Pauluskirche	Fr.Pantschitz	
Mittwoch:	18:00 Uhr	Königsbach	Fr. Grösche
Donnerstag:	15:30 Uhr	Diedesfeld	Fr. Stahl
	19:15 Uhr	Königsbach	Fr. Maier
Freitag:	17:15 Uhr	Ostschule	Fr. Maier

## Gymnastik

Donnerstag 17:00 Uhr Gerichtstr. 24 Hr. W.Annweiler

Die Teilnahme an den Yoga- und Gymnastik-Kursen ist jederzeit möglich.

## Eutonie

Montag 16:30 – 18:00 Uhr Gerichtstr. 24

Kursbeginn: **13.01. - 10.02.** 5 Nachmittage  
**09.03. - 30.03.** 4 Nachmittage  
**20.04. - 18.05.** 5 Nachmittage  
**25.05. – 29.06.** 5 Nachmittage

Kursleitung: Birgit Hagen  
Anmeldung: Tel.: **06321/ 67 91 14**

## Qi Gong

Mittwoch 18:30 – 19:30 Uhr Qi Gong  
Kursbeginn: **15.01. 2020** **Gerichtstr. 24**  
Montag: 10:00 – 11:00 Uhr Qi Gong  
Kursbeginn: **22.01. 2020** **Gerichtstr. 24**  
Kursleitung: Gisela Keller  
Anmeldung: Tel.: 06326/ 25 98 153

## Individuelle Wirbelsäulengymnastik

Beginn: **Kurs I Dienstag, den 07.01.2020**  
**Kurs II Montag, den 20.04.2020**

Kursdauer: 10 Unterrichtsstunden  
Neustadt, Gerichtstraße 24  
Kneipp-Raum

Tag	Uhrzeit	Ort	Name
Montag:	19:10 Uhr	Kneippraum	Uloth
	20:00 Uhr	Kneippraum	Uloth
Dienstag:	8:20 Uhr	Kneippraum	Uloth
	9:15 Uhr	Kneippraum	Uloth
	18:00 Uhr	Kneippraum	Botterweck
	19:00 Uhr	Duttweiler Dudostraße 35	Gutting- Hundemer
Mittwoch:	8:45 Uhr	Kneippraum	Gutting-H
	19:00 Uhr	Lachen August- Becker-Schule	Hoffmann
	19:00 Uhr	Mußbach	Gutting- Hundemer
Donnerstag:	09:00 Uhr	Kneippraum	Zimmermann
	10:00 Uhr	Kneippraum	Zimmermann
	11:30 Uhr	Kneippraum	Notebaart
	19:00 Uhr	Kneippraum	Cremer
Anmeldung:	Frau Lilo Pfeiffer Tel.: 06321/ 68 593		
Anmeldung:	für Duttweiler und Mußbach Frau Gutting-Hundemer Tel.: 06321/ 57 51 75		

Unsere Physiotherapeuten sind alle zertifiziert, so dass Sie die Bonusprogramme bzw. Zuschüsse Ihrer Krankenkasse in Anspruch nehmen können.

## Reha-Sport Orthopädie

ist ein vom Arzt verordnetes Bewegungstraining. Ziel ist durch regelmäßiges Training die Bewegung zu verbessern, die Belastbarkeit wieder herzustellen, die Ausdauer und Kraft zu stärken, Koordination und Flexibilität zu verbessern, eine Schmerzlinderung zu erreichen und das Selbstbewusstsein zu stärken.

Dienstag: 17- 17:45 Uhr Gerichtstr. 24  
Anmeldung: Tel.: 06321/34 522



## Neustadt an der Weinstraße



„Glücklich der Mensch, der es versteht und sich bemüht, das Notwendige, Nützliche und Heilsame mehr und mehr sich anzueignen.“

Sebastian Kneipp

Zur persönlichen Gesundheit führen viele Wege.

Der Kneipp – Verein Neustadt e.V. bietet ein vielfältiges gesundheitsorientiertes Programm für alle Altersgruppen

- **Bewegung**
- **Körperliches Training**
- **Geistige Fitness**
- **Entspannung**
- **Kneippanwendungen in Theorie und Praxis**

Überzeugen Sie sich von unserem Angebot bei einer kostenlosen Schnupperstunde.

Unser Programm für Mitglieder und Gäste im

**1.Halbjahr 2020**