Kneipp-Verein Prien: Veranstaltungen im Februar

Beitrag

Der Kneipp-Verein Prien bietet im Februar wieder mehrere Kurse und Veranstaltungen an, zu der alle Mitglieder und Gäste herzlich eingeladen sind:

QiGong im Winter

Auch im Februar wird die Reihe „QiGong der vier Jahreszeiten“ mit der Kursleiterin Ljubinka Zückert fortgesetzt. Die Termine für „QiGong im Winter“ sind am Sa 2., 9., 16. und 23. auf der Wiese an der Prien-Mündung.

Warme Kleidung und Schuhe werden empfohlen. Die Veranstaltungen finden nur bei trockenem Wetter statt. Die Gebühr beträgt 4 Euro für Mitglieder von Kneipp-Vereinen und 5 für Nichtmitglieder. Der Parkplatz vor dem Kiosk ist im Winter kostenfrei.

Der Winter ist die Zeit der Verhüllung und des Verborgenen. Momente der Besinnung und Reflexion. Wichtige Organe sind Nieren, Blase und Ohren. Gestärkt werden Konzentration, Koordination, Gedächtnis, Haare und Nägel. Es werden einfache aber wirkungsvolle Übungen der Rehabilitation, Atemtechnik, Organübungen und der Akupressur gezeigt. Sie sind für jede Altersstufe geeignet.

Wassergymnastik

Unter der Leitung der Physiotherapeuten Ewa und Roman Renk finden jeweils montags am 4., 11., 18. und 25. Februar von 18:45 bis 19:45 Uhr im Hallenbad Medical Park Prien Kronprinz Wassergymnastikübungen statt. Die Gebühr beträgt 2,50 € für Mitglieder und 3,50 für Gäste.

Wirbelsäulengymnastik

Nicht nur die Wirbelsäule wird bewegt, sondern der ganze Körper trainiert vom Hals bis zu den Zehen. Die Leitung hat die Physiotherapeutin Sabine Gentner jeweils mittwochs am 6., 13., 20. und 27. Februar von 19 bis 20 Uhr in der Turnhalle der Klinik St. Irmingard, Osternacher Straße 103. Gebühr 2,50 € für Mitglieder und 3,50 € für Gäste.

Linedance für Einsteiger

Linedance ist eine Tanzrichtung, sportlich, lebendig, faszinierend, die nicht nur Spaß macht, sie hält auch fit und gesund und daher begeistert sie immer mehr Menschen, Jung & Alt, Frauen und Männer. Für den Kneipp-Verein Prien führt die Linedance-Lehrerin Renate Böhnlein diese Tanzform seit Januar bis November 2019 erstmalig in Prien ein.

Man tanzt gemeinsam in Reihen, ohne festen Partner. Dabei wird die Koordinationsfähigkeit verbessert. Der Geist bleibt aktiv. Die Seele genießt und tankt auf. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Legere Kleidung wird empfohlen, keine Straßenschuhe.

Die Termine im Februar sind immer dienstags am 5., 12., 19. und 26. von 17 bis 18 Uhr im Kulturraum Prien, Ernsdorfer Straße 2. Die Gebühr für 5 Kurstage beträgt 40 Euro für Mitglieder von Kneipp-Vereinen und 45 für Nichtmitglieder oder 10 Euro pro Veranstaltung. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Literatur-Lesung

Eine Literatur-Lesung gibt es jeweils donnerstags im Clubraum der Kursana-Residenz, Prien, am 14., 21. und 28. Februar von 15:30 bis 16:30 Uhr mit Hilla Waltenbauer. Jede Lesung beginnt mit einer kurzen Zusammenfassung und endet mit einem Stück aus der klassischen Musikliteratur.

Das neue Buch im Februar ist „Der Medicus“ von Noah Gordon. Sobald das Buch abgeschlossen ist, wird der Film gezeigt. Der Eintritt ist frei.

Text und Fotos: Kneippverein Prien

Kategorie

1. Freizeit

Schlagworte

1. Kneippverein
2. Prien am Chiemsee