

## September-Dezember

<u>September</u>  Samstag  26.09.2020	Herbstausflug  <b><u>Wanderung auf dem „Keschtnweg“</u></b>  von Feldthurns nach Klausen Besuch des „Gassltörggelefestl	Gehzeit ca.2 ½ Stunden 240 hm Bitte um Anmeldung bis 01.09.2020
<u>Oktober</u>  Samstag  10.10.2020	<b><u>Wandern am Jakobsweg</u></b>  Schloss Tratzberg - Kloster Georgenberg - Kloster Fiecht	Nähere Informationen  Tel. 0650 3280256
<u>November</u>  Freitag  27.11.2020	<b><u>Mit sanften Hausmitteln gesund durch den Winter</u></b>  <b>Workshop mit Brigitte Staffner</b>  Den Erkältungsbeschwerden Husten, Schnupfen und Heiserkeit zu Leibe rücken.	Ort: Volksschule Radfeld
<u>Dezember</u>  Mittwoch  30.12.2020	<b><u>Jahresabschluss-Wanderung</u></b>  aufs Hilaribergl <b>Einkehr Liftstüberl / Kramsach</b>	Treffpunkt: Liftparkplatz / Kramsach beim Liftstüberl  16 Uhr

## Kneipp-Gymnastik 2020

**Das 2. Semester beginnt am 17. Februar 2020**

**15 Einheiten**

Kosten: Gymnastik für Mitgl. 30,00€ /Gäste 40,00€

Pilates für Mitgl. 45,00€ /Gäste 55,00€

Montag	Kramsach	Gesundheitsgymnastik	Lore Klammer	17.45 - 18.45 Uhr
Montag	Radfeld	Ganzheitliches Körpertraining	Elisabeth Enthammer	18.30 - 19.30 Uhr
Montag	Radfeld	Pilates	Elisabeth Enthammer	19.30 - 20.30 Uhr
Montag	Brandenberg	Gymnastik und Pilates	Christina Lengauer	19.30 - 20.30 Uhr
Dienstag	Rattenberg	Fit von Kopf bis Fuß	Barbara Einkemmer	19.30 - 20.30 Uhr
Mittwoch	Brandenberg	Fit und Aktiv	Anna Rangger	16.00 - 17.00 Uhr
Donnerstag	Brixlegg	Rückenfit mit Pilates	Sabina Pesl	19.30 - 20.30 Uhr
Freitag	Brixlegg	Pilates	Elisabeth Auer	18.15 - 19.15 Uhr

**Schnupperstunde gratis**

Infos: Tel. 0650 3280256 oder E-Mail: [aktiv@kneipp-ac.at](mailto:aktiv@kneipp-ac.at)