

Eine Bitte: Wer unterstützt uns 3x jährlich bei der Prüfung des Zustands einer der Kneippanlagen und informiert uns?

Wir möchten die hier genannten Kneippanlagen auf unserer Internetseite veröffentlichen und Mitglieder und Gäste zur regen Nutzung inspirieren, als Kneippverein aber nur aktuell auf Anlagen hinweisen, die nicht verschmutzt sind und gefahrlos benutzt werden können. Dazu benötigen wir Unterstützung und suchen Helfer, die ein paar Mal im Jahr jeweils eine dieser Anlagen aufsuchen und uns über deren Zustand berichten, z. B. über Verschmutzung durch Laub oder Algen, Verletzungsgefahr durch Glasscherben usw. Wohnen Sie in der Nähe einer Kneippanlage oder kommen z. B. bei Spaziergängen 3x im Jahr (Frühling, Sommer, Herbst) daran vorbei? Eine kurze Information über den Zustand der Kneippanlage an uns - mehr müssen Sie nicht tun. Je mehr Helfer sich beteiligen, desto besser. Bitte wenden Sie sich bei Interesse an Inge Miller unter Telefon 1413388, dort erhalten Sie zusätzliche Informationen, sie nimmt auch gern Auskunft über weitere, Ihnen bekannte und hier nicht aufgeführte Kneippanlagen im stadtnahen Münchner Umfeld entgegen.



- | | |
|---|--|
| Anlage 1: Westpark | Anlage 6: Krailing/Planegg an der Würm |
| Anlage 2: Taxispark in Gern | Anlage 7: Aubing an der Altostraße |
| Anlage 3: Isarhochufer bei Höllriegelskreuth | Anlage 8: Eichenau am Starzelbach |
| Anlage 4: Landschaftspark in Unterhaching | Anlage 9: Germeringer See |
| Anlage 5: Allach an der Servetstraße | Anlage 10: Fürstenfeldbruck am Silbersteg |

Diese Anlagen müssen nicht überprüft werden: **Anlage 11** im Cosimabad und **Anlage 12** in Starnberg am Mühlbergschlössl.

Bitte beachten Sie diese wichtigen Hinweise zu unseren Veranstaltungen während der aktuellen Corona-Lage:

1. Sie müssen sich zu Veranstaltungen nicht mehr anmelden, es sei denn, es ist bei einem Termin ausdrücklich angegeben.
2. Die Beschränkung der Teilnehmeranzahl wurde aufgehoben, wir können z. B. jetzt wieder in größeren Gruppen wandern.
3. Wir behalten allerdings vorläufig die individuelle Anfahrt zum Treffpunkt am Ausgangspunkt der Wanderungen bei, um Gedränge am Hauptbahnhof zu vermeiden und allen Teilnehmern die Verteilung auf die gesamte Zuglänge zu erleichtern.
4. Aufgrund des teils immer noch unsicheren Einkehrangebots und der meist kurzen Wanderungen bitten wir um Mitnahme von Brotzeiten und Getränken, denn trotz unserer Bemühungen kann nicht immer eine Einkehrmöglichkeit garantiert werden.
5. Bitte befolgen Sie die bestehende Maskenpflicht in allen öffentlichen Verkehrsmitteln, auf Bahnsteigen und an Haltestellen.
6. Zur Sicherheit aller Teilnehmer bitten wir Sie, während der Veranstaltungen weiterhin den Abstand von 1,5 m einzuhalten.
7. Um die kontaktlose Zahlung zu gewährleisten, ist die Wandergebühr passend abzugeben (für Mitglieder 2 €, Gäste 5 €).

Helfen Sie Ihrer Kondition jetzt wieder auf die Sprünge durch Teilnahme an unserem Sport- und Fitnessprogramm

Vieles in unserem Leben war monatelang stark eingeschränkt oder völlig lahm gelegt, auch die Möglichkeit, gemeinsam Sport zu treiben und dabei fit zu bleiben. Nun können Sie in unseren Gymnastikkursen, durch Tanz und Yoga Ihre Beweglichkeit, Ausdauer und Körperkoordination wiederherstellen und Wirbelsäule, Venen und Beckenboden sanft trainieren. Wir freuen uns auf viele bekannte und auch neue Teilnehmer und beginnen im September bzw. Oktober 2021. Die Durchführung hängt aber von den jeweils geltenden gesetzlichen Vorschriften ab, bitte erkundigen Sie sich deshalb zeitnah bei den jeweils zuständigen Übungsleitern nach möglichen kurzfristigen Änderungen oder Auflagen.



Donnerstag, 2. September Wanderung von Olching bis Emmering, kurz, 8+2 km Katharina Veth

Von Olching wandern wir zuerst zur Amper und folgen dann dem beschaulich fließenden Flüsschen durch schönen Auwald bis nach Emmering. Hier nach 8 km Einkehr- und Heimfahrmöglichkeit mit dem MVV-Bus zur S-Bahn oder Verlängerung der Wanderung um weitere 2 km durch das Emmeringer Hölzl nach Fürstenfeldbruck und dort zum Bahnhof. **Individuelle Fahrt** um 9:38 Uhr vom Hbf mit S3 bis Olching. **Treff** um 10:00 Uhr in Olching am Bahnsteig.



Samstag, 4. September Rundwanderung um Icking über Wadlhausen und Walchstadt, kurz, 8 km Inge Miller

Wir beginnen mit einem kurzen Anstieg zum Waldrand, dann auf abwechslungsreichen Wegen nach Wadlhausen und Walchstadt (hier bei gutem Wetter schöner Bergblick). Nahe Schlederloh unter der Bahnlinie durch und zurück nach Icking. Auf Wunsch hier Verlängerung der Wanderung über Holzen oder den Gregoriweg und Kloster Schäftlarn bis nach Ebenhausen. **Individuelle Fahrt** um 9:33 Uhr vom Hbf mit S7 bis Icking. **Treff** um 10:09 Uhr in Icking am Bahnsteig.



Dienstag, 7. September Rundwanderung um den Wörthsee, mittel, 13 km Helga Mayer

Zuerst wandern wir auf einem Feldweg, später durch Wald zum Paradieswinkel am Wörthsee. Der Weiterweg führt meist am Seeufer entlang nach Bachern, dann überqueren wir auf Stegen das Moos, erreichen den Ort Wörthsee und den Bahnhof Steinebach. Unterwegs Badegelegenheit und Einkehrmöglichkeit. **Individuelle Fahrt** um 10:05 Uhr vom Hbf mit S8 bis Seefeld-Hechendorf. **Treff** um 10:48 Uhr in Seefeld-Hechendorf am Bahnsteig.



Donnerstag, 9. September Wanderung von Großdingharting nach Deisenhofen, kurz, 10 km Uschi Ballweg

Nach Querung des Gleißentals wandern wir nach Jettenhausen und durch Wald nach Kreuzpullach. Dann (bei gutem Wetter mit Alpenblick) Richtung Deisenhofen und zum Schluss erneut durch das tief eingeschnittene Tal. **Individuelle Fahrt** um 9:33 Uhr vom Hbf mit S7 bis Höllriegelskreuth, weiter mit MVV-Bus 271 bis Großdingharting (Zustieg zum Bus auch um 10:09 Uhr in Grünwald, Endstation Tram 25). **Treff** um 10:21 Uhr in Großdingharting, Bushaltestelle.



Samstag, 11. September Wanderung von Kiefersfelden nach Oberaudorf, mittel, 13 km, 510 HM ↑↓ Traudl Berg

Von Kiefersfelden wandern wir zunächst hinauf zum Hechtsee und zum Wasserfall, danach weiter ansteigend zur Kapelle am Nußberg. Anschließend zum Luegsteinsee mit Bademöglichkeit und weiter nach Oberaudorf, wo wir im Gasthof Ochsenwirt einkehren. Von hier in 15 Minuten zum Bahnhof. **Treff** um 8:20 Uhr am Hbf bei Gleis 9. **Fahrt** um 8:43 Uhr vom Hbf mit BRB bis Kiefersfelden. **Teilnahme** für Mitglieder 3 €, für Gäste 7 €, zzgl. anteilige Fahrtkosten.



Samstag, 11. September Wanderung von Weßling nach Oberalting, kurz/mittel, 8+3 km Inge Miller



Auf teils unbekanntenen Wegen zum Ostrand vom Plonner-Moos, am Indianerpfad zum schönen Wiesental, auf schattigem Waldweg hinauf zum Altinger Buchet, durch den Wildpark und über den Badbichl nach Oberalting. Hier nach 8 km Einkehr und Heimfahrt mit MVV-Bus oder zu Fuß über den Aubachweg nach Hechendorf zur S-Bahn. **Individuelle Fahrt** um 9:25 Uhr vom Hbf mit S8 bis Weßling. **Treff** um 10:01 Uhr in Weßling am Bahnsteig.

Dienstag, 14. September Wanderung von Planegg über Gut Streiflach nach Aubing, kurz, 10 km Uschi Ballweg

Wir wandern zuerst an der Wallfahrtskirche Maria Eich vorbei, folgen dann ein Stück dem Wallfahrerweg und kommen, anfangs durch Wald, anschließend über freies Feld nach Streiflach. Von hier gehen wir durch Freiham und weiter nach Aubing. **Individuelle Fahrt** um 9:32 Uhr vom Hbf mit S6 bis Planegg. **Treff** um 9:51 Uhr in Planegg am Bahnsteig.



Mittwoch, 15. September Wiedersehens-Spaziergang der Folkloretanz-Damen mit Helga Heinzl



Die Damen der Folkloretanzgruppe treffen sich mit Helga Heinzl, der langjährigen und beliebten Leiterin der Tanzgruppe, spazieren gemeinsam ca. 1 Stunde durch den schattigen Südpark und genießen das Wiedersehen, anschließend kann eingekehrt werden. **Individuelle Fahrt** um 14:54 Uhr vom Marienplatz mit U3 bis Haltestelle Aidenbachstraße. **Treff** um 15:06 Uhr an der U-Bahn-Haltestelle Aidenbachstraße (Ausgang „Aidenbachstraße“). Elisabeth Rainer-Sielemann wartet im Zwischengeschoß und wir treffen Helga Heinzl dann oben am Ausgang.

Donnerstag, 16. September Wanderung von Starnberg durch die Maisinger Schlucht, kurz, 9 km Katharina Veth

Vom Seebahnhof wandern wir über den Siebenquellenweg zum Maisinger Bach und durch die Maisinger Schlucht. Wir hoffen auf gutes Wetter, denn nur dann ist eine Einkehr im Biergarten am See möglich. Danach gehen wir am Klostermeiersee vorbei nach Maising zur Bushaltestelle „Am Schluchtweg“. **Individuelle Fahrt** um 9:32 Uhr vom Hbf mit S6 bis Starnberg-Seebahnhof. **Treff** um 10:04 Uhr in Starnberg-Seebahnhof am Bahnsteig.



Samstag, 18. September Wanderung von Unterhaching zur Waldwirtschaft, kurz, 10 km Susanne Seyb



Wir wandern zunächst quer durch den Perlacher Forst hinüber nach Geisalgasteig und zum Isarhochufer, überqueren dann die Isar auf der Großhesseloher Brücke und gehen vor zur Waldwirtschaft in Großhesselohe. **Individuelle Fahrt** um 9:43 Uhr vom Hbf mit S3 bis Unterhaching. **Treff** um 10:04 Uhr in Unterhaching am Bahnsteig.

Dienstag, 21. September Wanderung von Grafrath nach Türkenfeld, mittel, 11 km Traudl Berg

Vom Bahnhof folgen wir zuerst dem Panoramaweg in Grafrath nach Westen, wandern dann am Hang des Sonnenberges weiter, bei schönem Wetter stets begleitet vom weiten Blick auf das Ammerseebecken und die dahinter aufragende Bergkette. **Individuelle Fahrt** um 10:01 Uhr vom Hbf mit S4 bis Grafrath. **Treff** um 10:37 Uhr in Grafrath am Bahnsteig.



Donnerstag, 23. September Wanderung von Kirchseeon nach Ebersberg, mittel, 11 km Helga Mayer



Wir wandern zunächst am Rand des Ebersberger Forsts entlang, gehen dann nach Forstseeon und über freies Feld weiter zum Egglbürger See. Hier kann die Wanderung vorzeitig beendet werden. Der Weiterweg führt am See entlang und später hinauf zur Ebersberger Alm. Nach der Einkehr gehen wir durch die Heldenallee nach Ebersberg. **Individuelle Fahrt** um 9:49 Uhr mit S6 bis Kirchseeon. **Treff** um 10:22 Uhr in Kirchseeon am Bahnsteig.

Samstag, 25. September Wanderung von der Dülferstrasse nach Oberschleißheim, kurz, 8 km Emma Rapp

Am Waldrand wandern wir anfangs entlang der Panzerwiese, überqueren dann die Autobahn und kommen an Hochmutting vorbei zum Schloss Lustheim, durch den Schlosspark zum Schloss Schleißheim und zur S-Bahn.



Individuelle Fahrt um 10:08 Uhr vom Hbf mit U2 bis Dülferstraße. **Treff** um 10:23 Uhr an der Dülferstraße am Bahnsteig.

Dienstag, 28. September Wanderung von Poing über Landsham nach Grub, kurz, 6 km Emma Rapp



Wir gehen durch einen breiten Grünzug im Neubaugebiet zu einem Aussichtshügel und zum Naherholungsgebiet Bergfeldsee. Anschließend interessiert uns noch der informative landwirtschaftliche Lehrpfad, bevor wir zum Bahnhof Poing wandern. **Individuelle Fahrt** um 9:51 Uhr vom Hbf mit S2 bis Poing. **Treff** um 10:19 Uhr in Poing am Bahnsteig.

Donnerstag, 30. September Versuchsgarten-Rundgang (1½ Std.) in Grafrath, dann Wanderung, kurz, 5 km Inge Miller

Im forstlichen Versuchsgarten können Sie sich einem dieser Rundgänge anschließen: Entweder „Holzskulpturen“ mit Inge Miller oder „Baumexoten“ mit Brigitte Patzelt. Geplante Dauer ca. 1½ Stunden. Dann Heimfahrt ab Grafrath oder noch 5 km Wanderung durch Wald nach Schöngeising. Bitte Brotzeit und Getränke mitbringen, unterwegs keine Einkehr möglich. **Individuelle Fahrt** um 10:01 Uhr vom Hbf mit S4 bis Grafrath. **Treff** um 10:37 Uhr in Grafrath am Bahnsteig.



Samstag, 2. Oktober Wanderung von Königsdorf über Fischbach nach Bad Tölz, mittel, 13 km Katharina Veth



Über den Weiler Grafing wandern wir durch die Rottach-Filze nach Fischbach, dort Einkehr möglich. Danach auf kurzweiligen Wegen über den Peterbauernbach hinunter zum Stausee. Am Isarweg nach Bad Tölz zum Busbahnhof oder über den Kalvarienberg zum Busbahnhof. **Individuelle Fahrt** um 9:13 Uhr vom Hbf mit S7 bis Wolfratshausen, weiter mit MVV-Bus 376 bis Königsdorf-Ortsmitte. **Treff** um 10:35 Uhr in Königsdorf-Ortsmitte.

Dienstag, 5. Oktober Rundwanderung von Grafing-Bahnhof über Alxing, kurz, 8 km Emma Rapp

Von Grafing-Bahnhof wandern wir nach Schammach, dann durch Wald und freies Feld nach Alxing. Hier erwartet uns ein weiter Blick über das Brucker Moos und die dahinter aufragende Alpenkette. Wir gehen weiter nach Loch, am Waldrand entlang nach Haidling und kehren dann über Schammach zurück nach Grafing-Bahnhof.



Individuelle Fahrt um 9:49 Uhr vom Hbf mit S6 bis Grafing-Bahnhof. **Treff** um 10:26 Uhr in Grafing-Bahnhof am Bahnsteig.

Donnerstag, 7. Oktober Rundwanderung von Stockdorf nach Gauting und zurück, kurz, 9 km Katharina Veth




Zuerst gehen wir auf Ortsstraßen hinunter zur Würm und folgen der Wurm teils auf Wurzelpfaden direkt am Ufer bis Schloss Fußberg. Danach gehen wir in Gauting kurz ansteigend durch den Ort und wandern anschließend auf ebenen bequemen Waldwegen wieder zurück zum Bahnhof in Stockdorf. Hier können wir neben dem Bahnhof auch einkehren. **Individuelle Fahrt** um 9:52 Uhr vom Hbf mit S6 bis Stockdorf. **Treff** um 10:14 Uhr in Stockdorf am Bahnsteig.

Samstag, 9. Oktober **Wanderung von Feldmoching nach Oberschleißheim, kurz 10 km** **Susanne Seyb**

Wir wandern von Feldmoching über die Schlösser Lustheim und Schleißheim nach Oberschleißheim. **Individuelle Fahrt** um 9:43 Uhr vom Hbf mit S1 bis Feldmoching. **Treff** um 10:00 Uhr in Feldmoching an der Oberfläche am Walter-Sedlmayer-Platz.

Dienstag, 12. Oktober **Wanderung durch verschiedene Moorstücke bei Haspelmoor, kurz, 10 km** **Helga Mayer**


Vom Bahnhof Haspelmoor wandern wir zuerst durchs Rote Moor und anschließend durchs Haspelmoor bis nach Althegnenberg, auf einem anderen Weg kehren wir dann zum Haspelmoor zurück und gehen weiter zum Bahnhof. **Treff** um 8:50 Uhr am Hbf bei Gleis 15. **Fahrt** um 9:00 Uhr mit RB bis Haspelmoor. MVV-Gesamttarifkarte genügt. 

Donnerstag, 14. Oktober **Wanderung von Dießen zur Schatzbergalm, mittel, 12 km, 180 HM ↑↓** **Traudl Berg**



Wir gehen vom Ammersee hinauf zum Marienmünster (Besuch möglich), wandern dann zum Mechthildisbrunnen, zur Burgkapelle und zum Schatzberg, bei schönem Wetter mit Blick auf das Alpenpanorama. Nach Einkehr in der Schatzbergalm kehren wir zum Bahnhof in Dießen zurück. **Treff** um 9:30 Uhr am Hbf, BRB-Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 9:52 Uhr vom Hbf mit BRB bis Geltendorf, weiter mit RB bis Dießen. Anteilige Fahrtkosten ab Geltendorf.

Samstag, 16. Oktober **Wanderung von St. Koloman nach Altenerding, kurz/mittel, 7+4 km** **Emma Rapp**


Die Wanderung führt überwiegend über freies Feld: Wir gehen von St. Koloman zuerst zum Bachlauf der Sempt und folgen ihr ein kurzes Stück, anschließend wandern wir nach Aufhausen. Hier kann die Wanderung nach 7 km beendet werden. Danach gehen wir durch Bergham und Itzling und an der Therme Erding vorbei nach Altenerding. **Individuelle Fahrt** um 9:51 Uhr vom Hbf mit S2 bis St. Koloman. **Treff** um 10:32 Uhr in St. Koloman am Bahnsteig. 

Dienstag, 19. Oktober **Rundwanderung um Fasanerie- und Lerchenauer See, kurz, 7 km** **Emma Rapp**



Wir gehen an der Bahnlinie entlang zum Fasaneriesee und umrunden ihn, wandern weiter zum Lerchenauer See, folgen ihm in südlicher Richtung, dann gehen wir zur Bahnlinie und auf einem Waldweg weiter, bis sich uns eine weite Aussicht auf den alten Rangierbahnhof bietet. Danach zurück zum Bahnhof Fasanerie. **Individuelle Fahrt** um 10:03 Uhr vom Hbf mit S1 bis Fasanerie. **Treff** um 10:18 Uhr an der Haltestelle Fasanerie am Bahnsteig.

Donnerstag, 21. Oktober **Wanderung von Stockdorf nach Buchendorf und Gauting, kurz, 7+3 km** **Günther Kort**


Von Stockdorf wandern wir über die Würm zum Waldrand und über Forst Kasten am westlichen Rand des Forstenrieder Parks zur Preysingsäule. Nach einer kurzen Rast gehen wir weiter nach Buchendorf. Hier kann man die Wanderung nach 7 km beenden (Fahrt mit MVV-Bus zur S-Bahn) oder noch weitere 3 km nach Gauting wandern. **Individuelle Fahrt** um 9:52 Uhr vom Hbf mit S6 bis Stockdorf. **Treff** um 10:14 Uhr in Stockdorf am Bahnsteig. 

Samstag, 23. Oktober **Wanderung von Garmisch zur St.-Martinshütte, 11 km, 360 HM ↑↓** **Traudl Berg**



Kurz durch den Ort, dann Richtung Windbeutelalm zum Kramerplateauweg und auf einem Waldpfad weiter ansteigend zur aussichtsreich auf 1040 m gelegenen St.-Martins-Hütte. Bei gutem Wetter traumhafter Blick über das Loisachtal und das Wettersteingebirge mit der Zugspitze, Deutschlands höchstem Berg. Nach der Einkehr gehen wir hinunter zur Kriegergedächtniskapelle und zurück zum Bahnhof. **Treff** um 8:10 Uhr am Hbf, BRB-Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 8:32 Uhr vom Hbf mit RB bis Garmisch-Partenkirchen. Anteilige Fahrtkosten.

Sonntag, 24. Oktober **Für Neu-Münchner und alte Hasen: Spazierend München kennen lernen** **Günther Kort**


Nach Isarüberquerung spazieren wir in Tierparknähe zur Marienklause, auf dem Marienklausensteg über die Isar und nach Hinterbrühl. Heimfahrt mit MVV-Bus oder zu Fuß übers Asamschlössl. **Individuelle Fahrt** um 10:04 Uhr vom Marienplatz mit U3 bis Thalkirchen. **Treff** um 10:13 Uhr in Thalkirchen an der Oberfläche beim Ausgang „Tierpark“. 

Dienstag, 26. Oktober **Wanderung von Erdweg nach Altomünster, mittel, 12 km** **Helga Mayer**



Meditativer Wanderweg zwischen alten Klosterstandorten. Schnell erreichen wir von Erdweg die romanische Basilika am Petersberg, dann folgen wir dem Meditationsweg über Eisenhofen und Happach zum Kalvarienberg und zur Ortsmitte Altomünster mit der Kirche St. Birgitta. Bitte Brotzeit und Getränke mitnehmen, Einkehr in Altomünster ist erst gegen 13:30 Uhr möglich. **Individuelle Fahrt** um 9:10 Uhr vom Hbf mit S2 bis Erdweg. **Treff** um 10:00 Uhr in Erdweg am Bahnsteig.

Donnerstag, 28. Oktober **Rundwanderung von Grafrath zum Teufelsstein, kurz, 9 km** **Uschi Ballweg**


Wir gehen zuerst hinunter zur Amper, dann hinauf nach Unteralling, wandern durch lichten Wald und suchen den etwas versteckt liegenden Teufelsstein. Danach wandern wir zurück zur Amper und an der Rassokirche vorbei zum Bahnhof. **Individuelle Fahrt** um 9:21 Uhr vom Hbf mit S4 bis Grafrath. **Treff** um 9:57 Uhr in Grafrath am Bahnsteig. 

Samstag, 30. Oktober **Rundwanderung auf der Fürstenfeldbrucker Hochebene, kurz/mittel, 8+5 km** **Inge Miller**



Nach kurzem Anstieg am Waldrand entlang, später auf der Hochebene über freies Feld, kurz bergab zur mittleren Amperleite und nach Fürstenfeld. Hier nach 8 km Einkehr möglich und in 15 Minuten zur S-Bahn oder weiter zum Brucker Ortszentrum und am Sieben-Brücken-Weg an der Amper entlang bis Emmering, hier Heimfahrt mit MVV-Bus. **Individuelle Fahrt** um 9:21 Uhr vom Hbf mit S4 bis Fürstenfeldbruck. **Treff** um 9:47 Uhr in Fürstenfeldbruck am Bahnsteig.

Dienstag, 2. November **Wanderung von Riem über Dornach nach Kirchheim, kurz, 6+4 km** **Emma Rapp**

Wir folgen zuerst der Bahnstrecke, biegen dann ab nach Dornach und wandern am Weiher vorbei nach Aschheim, hier mit Bus 234 zurück oder weiter am Auffanggraben des Hachinger Bachs entlang und südwärts Richtung Kirchheim. Zurück mit Bus 263. **Individuelle Fahrt** um 9:51 Uhr vom Hbf mit S2 bis Riem. **Treff** um 10:09 Uhr in Riem am Bahnsteig. 

Donnerstag, 4. November **Wanderung von Grafenaschau ins Murnauer Moos, mittel, 12 km, 130 HM ↑↓** **Traudl Berg**



Zuerst gehen wir zum Hochmoor „Lange Filze“ und durchqueren teils auf Holzbohlenstegen das wunderschöne Moorgebiet. Danach wandern wir durch freie Landschaft - bei gutem Wetter traumhafte Aussicht aufs Loisachtal und die Voralpen - an der Ramsach entlang nach Norden. An der Lourdes-Grotte vorbei hinauf zum Münter-Haus, danach Einkehr in Murnau möglich. **Treff** um 8:10 Uhr am Hbf, BRB-Schalter bei Gleis 30. **Fahrt** um 8:32 Uhr vom Hbf mit RB bis Murnau. Hier umsteigen, mit RB weiter bis Haltestelle Grafenaschau. Anteilige Fahrtkosten.

So erreichen Sie unsere Wanderführer:

- * Günther Kort 0174 8199302 * Inge Miller 1413388 * Uschi Ballweg 0151 1074 2685 *
 * Traudl Berg 0175 1129862 * Helga Mayer 938941 * Emma Rapp 917621 *
 * Susanne Seyb 0044-7426897614 * Katharina Veth 7553617, mobil 0172 5895004 *

Wichtige Informationen: Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Verantwortung. Für Schäden wird keine Haftung übernommen. Wir bitten um Verständnis, dass Hunde zu den Veranstaltungen nicht mitgenommen werden können. Der Leiter jeder Veranstaltung ist weisungsbefugt, um die Sicherheit der Gruppe zu gewährleisten. Teilnahme pro Wanderung für Mitglieder 2 €, Gäste 5 €; Sonntagsspaziergänge für Mitglieder 1 €, Gäste 3 €; Bergtouren ab 500 HM für Mitglieder 3 €, Gäste 7 €. Sofern nicht anders angegeben, ist keine Anmeldung erforderlich. Bei Wanderungen im MVV-Gebiet Treff mit gültiger Fahrkarte. Anteiliger Kostenbeitrag pro Teilnehmer für erforderliche Zug-Fahrkarten, diese besorgt der Wanderführer/-begleiter. Es besteht kein Anspruch der Teilnehmer auf Aushändigung der Fahrkarten. Jeder Teilnehmer, der unterwegs die Gruppe verlassen möchte, muss sich vorher persönlich beim Wanderführer/-begleiter abmelden. Die angegebene Weglänge kann leicht variieren, bei wichtigem Grund ist Änderung des beschriebenen Wegverlaufs möglich.



Wir gratulieren ganz herzlich allen Mitgliedern, die in diesem Monat Geburtstag feiern.

Sport- und Fitnessangebot September/Oktober 2021

	Kurs	Uhrzeit	Veranstaltungsort	Leitung
Montag	Folkloretanz mitten in der Stadt Kurs 1 Kurs 2 Kursdauer: 10 Termine Kursgebühr für Mitglieder 20 € Kursgebühr für Gäste € 40	16:00 – 16:45 16:45 – 17:30	Blumenschule Sendlinger-Tor-Platz 14 Eingang Wallstraße Turnhalle 1. Stock	Irena Brózda 0152 33889313
	Ausgleichsgymnastik Fitnessstraining Zehnerkarte für Mitglieder 25 € Zehnerkarte für Gäste 50 €	18:00 – 19:00 19:00 – 20:00	Sporthalle des Gymnasiums Obermenzing Freseniusstraße 47 (S2 bis Obermenzing)	Gaby Keemss 87139839
Dienstag	Beweglich sein – beweglich bleiben, sanfte Gymnastik Kursbeginn Kurs 1 am 5. Oktober 2021 Kursbeginn Kurs 2 am 12. Oktober 2021 Die Kurse finden zweiwöchentlich statt. Kursdauer: je 5 Termine pro Kurs Kursgebühr für Mitglieder 30 € Kursgebühr für Gäste 45 €	11:00 – 12:30 11:00 – 12:30	Pasinger Fabrik, August-Exter-Straße 1 Studio 1 (Nähe Pasinger Bahnhof, Nordausgang)	Ude-Brigitte Grabe 2714845
	Gesundheitsgymnastik mit den Schwerpunkten Koordination, Wirbelsäule, Venen, Beckenboden Kurs 1 Kurs 2 Kursbeginn am 21. September 2021 Kursdauer: 10 Termine Kursgebühr für Mitglieder 25 € Kursgebühr für Gäste 50 €	18:15 – 19:15 19:15 – 20:15	St. Anna-Volksschule, Turnhalle Parterre St. Anna-Straße 20 (U4/U5, Haltestelle Lehel).	Günther Kort 0174 8199302
Mittwoch	Yoga-Vormittagskurs 1 Yoga-Vormittagskurs 2 Yoga-Abendkurs Kursbeginn am 6. Oktober 2021 Kursdauer: 10 Termine Kursgebühr für Mitglieder 50 € Kursgebühr für Gäste 80 €	9:15 – 10:15 10:30 – 11:30 17:30 – 18:30	Alten- und Service-Zentrum Moosach Gubestraße 5 Kleiner Gymnastikraum	Ude-Brigitte Grabe 2714845

Impressum: Beilage zum Kneipp-Journal Ausgabe München B 8034 EX. 1. Vorsitzender: Günther Kort.

Redaktion: Kneipp-Verein München e.V., Prinz-Ludwig-Str. 6, 80333 München

* Internet: www.kneippverein-muenchen.de * E-Mail: info@kneippverein-muenchen.de *

* Telefon: 089 283780 * Telefax: 089 28674872 *

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle: Mittwochs von 10–15 Uhr. Jahresbeitrag für Einzelpersonen 60,00 €, für Familien 75,00 €. Der Bezugspreis für die 6x jährlich veröffentlichten Kneipp-Journale und die Vereinsprogramme sind im Beitrag enthalten. Konto: Kneipp-Verein München e.V., IBAN: DE82 7015 0000 0023 2461 01, BIC: SSKMDEMM, Stadtparkasse München.