Kneipp VEREIN Esslingen und Umgebung e.V.

GESUNDHEITS- UND WOHLFÜHLTAG NACH KNEIPP

menschen:raum
Eugenie-von-Soden-Str. 16A
73728 Esslingen

08.11.2026

10 – 17 Uhr

10.00 – 11.00	**WILLKOMMEN** Begrüßung | Nadine Grimme Einführung | Dr. Christiane Lopes	**freiraum**
11.00 – 11.30	**Morgenroutine** Helga Gründel	**freiraum**
11.30 – 12.30	**Eine kleine Tanzreise** Julia	**freiraum**
11.30 – 12.30	**Darmgesundheit** Tina Ruf	**seelenraum**
12.30 – 13.30	**Achtsamkeitsübungen** Dr. Silke Hellmich	**freiraum**
12.30 – 13.30	**Kneipp Info Wasser** Kneipp Verein	**seelenraum**
13.30 – 14.30	**Yoga im Alltag** Aris Ghazouani	**freiraum**
13.30 – 14.30	**Gedächtnistraining und Bewegung** Maria Bach	**seelenraum**
14.30 – 15.30	**Einblicke in Qi Gong und Tai-Chi** Karl-Friedrich Vollmer	**freiraum**
14.30 – 15.30	**Kunst und Kneipp** Alexandra Fischer-Herl	**seelenraum**
15.30 – 16.30	**Wohlfühltanz** Andreas Matthes	**freiraum**
15.30 – 16.30	**Heilsamer Klangraum mit Klangschale, Koshi, Zenko** Jane Seifert	**seelenraum**
10.00 – 16.00	**Kneippschen Elemente Ernährung und Heilkräuter mit Leckereien und gesunden Snacks**	**essraum**