

Kneipp-Geschäftsstelle Wettiner Platz 10, 01067 Dresden

Monatsprogramm November 2024

Es gibt noch freie Plätze bei unserer Wanderreise 2025

Südtirol – Dolomiten Grödner Tal / St. Christina

*** Hotel „Christeinerhof“, es ist ein gepflegtes Familienhotel, Hotel mit Terrasse und kleinem Garten. Alle Zimmer mit DU, WC, TV, Balkon mögl., Heubad, finnische Sauna und HP. Die Bushaltestelle ist nur 50 m vom Hotel entfernt.

Der Kauf einer Gardena Card für 3 Tage kostet 109,00 €, für 6 Tage 141,00 €.

Gültigkeit für alle Liftanlagen in Gröden.

Termin: 08.09. – 16.09.2025

Preis: nur DZ 790,00 €

Wanderleiterin: Sylke Zänker

Die An- und Abreise erfolgt im modernen Komfortreisebus.

Bei Reiseanmeldung wird eine Organisationsgebühr erhoben:

Mitglieder 10 €, Nichtmitglieder 30 €. Die Gebühr ist in bar zu entrichten

Kurse mit freien Plätzen:

Seniorentanz - Gesellige Tänze aus aller Welt

Freitag: 10:00 - 11:30 Uhr, Sportraum 2, Jahnstraße 5a

Kursleiterin: Susanna Wadehn / Heidi Kemper

Erlebnistanz für Senioren

Donnerstag: 12:30 - 14:00 Uhr, Sportraum 2, Jahnstraße 5a

Kursleiterin: Gesine Stein

Haltung + Bewegung durch Ganzkörpertraining

Dienstag: 14:00 - 15:00 Uhr, Sportraum 1, Wettiner Platz 10 a

Kursleiterin: Gabriele Petzold

Dienstag: 19:00 - 20:00 Uhr, 93. GS/TH, Dobritzer Weg 1

Kursleiterin: Ilona Sander

Mittwoch: 18:00 - 19:00 Uhr, 49. GS/TH Bernhardstr. 80 (**kein Rehasport**)

Kursleiterin: Irene Militzer

Donnerstag: 15:15 - 16:15 Uhr, Effektive Fitness, Seidnitz-Center

Kursleiterin: Olga Siemens

Donnerstag: 16:30 - 17:30 Uhr, Effektive Fitness, Seidnitz-Center

Freitag: 08:45 - 09:45 Uhr, Margon-Arena, Bodenbacher Str. 154

Kursleiterin: Uta Kurze

Dienstag: 12:30 - 13:30 Uhr, Sportraum 2 (**ohne Mattentraining**)

Kursleiterin: Ute Jäpel

Laufen und Walken

Dienstag: 09:00 - 10:00 Uhr, Sportplatz Bodenbacher Str. 154 (Margon Arena)

Kursleiterin: Isabell Reinhardt

Lungensport - vereint Atmung und Bewegung

Mittwoch: 13:00 - 14:00 Uhr, Sportraum 2, Jahnstraße 5a - leichte Übungen

Donnerstag: 14:30 - 15:30 Uhr, Sportraum 2, Jahnstraße 5a - intensiveres Training

Kursleiterin: Anne Bergelt

Kegeln mit dem Kneipp – Verein

Termin: Donnerstag 14.11. + 28.11.24 (Jeden 2. und 4. Donnerstag)

Ort: Kegelsportverein Dresden-Tolkewitz, Tolkewitzer Str. 61

Zeit: 13:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Herr Stilp, Anmeldung möglich unter Tel. 2515732

Volksliedersingen – unter Leitung von Volkmar Stephani

Termin: Mittwoch 13.11. und 27.11.2024

Zeit: 17:00 bis 19:00 Uhr

Ort: Begegnungsstätte der Volkssolidarität „Am Nürnberger Ei“,
Nürnberger Straße 45, 01187 Dresden

Mit Klavier (Volkmar Stephani) - und Akkordionbegleitung (Hartmuth Nötzold)

Am Tag des Volksliedersingens gibt der Leiter Volker Stephani auf seinem AB

unter Tel.: 0351-8494008 von 10:00 – 16:00 Uhr Auskunft darüber, ob das Singen stattfindet.

Wanderungen

Das günstigste Ticket für unsere Wanderungen ist das Deutschlandticket (49,00 €). Ggf. ist ein Ticketservice möglich. Bei allen Wanderungen kann es witterungsbedingt zu Routenänderungen kommen. Bei Fragen rufen Sie bitte die Wanderleitung an.

Sa. 02.11. *Heimatkundliche Wanderung*

Technik u. Natur am Sebnitztalweg

Treff: 8:15 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 8:29 Uhr (S1) bis B.-Schandau weiter mit (U28) Abf.: 9:18 Uhr

Route: HP Amtshainersdorf – ehem. Spathmühle – Eisenbahntunnel Schwarzberg – Kohlmühle – Adamsberg – Altendorf – Ruine Schömburg – Bad Schandau, ca. 15 km, 350 Hm

Sonstiges: Ticket: 3 Zonen, mittelschwer, Rucksackverpflegung

Wanderleiter: Ulrich Simon, Tel.: 0157 84298640

Di. 05.11. *Jochhöh und Burgwartsberg – Kurzwanderung*

Treff: 9:30 Uhr DD-Wölfnitz, Haltest. J.- Vahlteich –Str.: Li 6,7,70,333

Route: Rossthal – Jochhöh – Burgwartsberg - Potschappel

Sonstiges: VVO TZ DD+ Freital. zurück, ca. 9 km

Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991

Mi. 06.11. *Von der Via Reggia durch die Königsbrücker Heide.*

Treff: 8:35Uhr Bhf. DD – Neustadt, Gleis 4, Abf.: 8:48 Uhr (RB33)

Route: Bhf. Königsbrück – Schlosspark – Via Reggia – See der Freundschaft – Bhf. Lausnitz, ca. 12 km

Sonstiges: Ticket 2 Zonen, TZ 34, Rucksackverpfl., evl. Ausstellung „VIA REGGIA“, Eintritt 3,00 €

Wanderleiterin: Silvina Schäfer, Tel.: 0176 97830543

Do. 07.11. *An der roten Weißeritz*

Treff: 9:20 Uhr DD-Hbf., Abf.: 9:39 Uhr m. L360 nach Dippoldiswalde

Route: Talsperre Malter – Rabenauer Grund – Freital Hainsberg West

Sonstiges: Rucksackverpfl., ca. 15 km

Wanderleiterin: Sylke Zänker, Tel.: 0152 37719379

Sa. 09.11. *Unterwegs zwischen Luchberg und Wilisch*

Treff: 8:25 Uhr DD-Hbf. Kuppelh. Abf.: 8:42 Uhr (L360/388) bis Luchau

Route: Luchau – Luchberg – Reinhardtsgrinna – Teufelsmühle – Wilisch – Kreischa, ca. 18 km

Sonstiges: Ticketservice mögl. Rucksackverpfl., Ghs. mögl., zurück mit Bus

Wanderleiter: Thomas Vollstädt, Tel.: 0172 3505753

- Mi. 13.11. *Tabakgegensiedlung Leubnitzer Höhe – Kurzwanderung***
Treff: 10:00 Uhr, Haltest. Koloniestr., Bus 68 Ri. Goppeln/Leunitzer Höhe
Route: Leubnitzer Höhe – Heiliger Born – Goppeln – Gebergrund – Leubnitzer Höhe, ca. 8 -10 km
Sonstiges: Rucksackverpfleg., je nach Wetter festes Schuhwerk
Wanderleiter: Dietmar Zeiler, Tel.: 0152 03824077 oder 0651 4766186
- Do. 14.11. *Durch das Müglitztal von Großsedlitz nach Dohna***
Treff: 8:45 Uhr DD-Hbf. Anzeiget., Abf.: 8:59 Uhr (S1) n. Heidenau-Großsedlitz
Route: Barockgarten – Meusegast – Weesenstein – Dohna
Sonstiges: Tickt: DD + Pir, Rucksackverpfl., Ghs. mögl., ca. 14 km
Wanderleiterin: Ingrid Hoffmann, Tel.: 0351 4537651 oder 0176 32792491
- Sa. 16.11. *Durch die Heide***
Treff: 9:30 Uhr Haltestelle Wilhelminenstr. Li.11
Route: Wilhelminenstr. – Schoten Grund – Fischhaus – Königsplatz – Kannenhenkelbrücke – Heidemühle – Stausee – Bühlau
Sonstiges: Rucksackverpflegung, ca. 12 km
Wanderleiterin: Eva-Maria Harzer Tel.: 0152 09930733 oder 0351 32322064
- Di. 19.11. *Auf Spuren Canalettos bei Pirna - Kurzwanderung***
Treff: 9:00 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 9:10 Uhr (S2) n. Pirna, weiter 10:00 Uhr (L237) nach Doberzeit
Route: Mockethal – Pirna (Markt) – Sonnenstein, ca. 9 km
Sonstiges: VVO TZ DD + Pirna
Wanderleiter: Günter Jircik, Tel.: 0351 4794991
- Do. 28.11. *Einsame Wälder bei Cunnersdorf***
Treff: 8:15 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 8:29 Uhr (S1) bis Krippen, Abf.: 9:23 Uhr (L244b) bis Cunnersdorf (Erbgericht)
Route: Cunnersdorf – Katzsteinbaude – Rotstein (452 m) – Katzfels (474 m) – Spitzstein (410 m) – Cunnersdorf (Schmiede)
Sonstiges: Rucksackverpfleg., ca. 15 km, mittelschwer
Wanderleiter: Dieter Tarz, Tel.: 0152 21913585 oder 0351 4963229

Kräuterexkursionen mit Astrid Papmahl

Anmeldung erforderlich unter Mobil: +49 162 2584462, Mail: kraeuterdd@gmx.de, Wetterbedingte Änderung mögl.

Alle **angemeldeten Teilnehmer** werden durch die Kursleiterin informiert.

1. Exkursion – „Pilze und Wildfrüchte“ erkennen

Termin: Mittwoch, 06.11.24

Treff: 10:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: Sie wird rechtzeitig an alle TN bekannt gegeben, je nach Aufkommen an Früchten und Pilzen.

Inhalt: Wir lernen essbare und giftige Pilze in ihrem jeweiligen Habitat kennen und beschäftigen uns mit Heilkräutern und Wildfrüchten. Kleine Verkostung 2,-€ p.P.

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände, Anmeldung erforderlich

2. Exkursion - „Pilze und Wildfrüchte“ erkennen

Termin: Dienstag, 12.11.24

Treff: 10:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: Sie wird rechtzeitig an alle TN bekannt gegeben, je nach Aufkommen an Früchten und Pilzen

Inhalt: Wir lernen essbare und giftige Pilze in ihrem jeweiligen Habitat kennen und beschäftigen uns mit Heilkräutern und Wildfrüchten. Kleine Verkostung 2,-€ p.P.

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände, Anmeldung erforderlich

3. Exkursion - „Pilze und Wildfrüchte“ erkennen

Termin: Montag, 18.11.24

Treff: 11:00 Uhr Dresden oder nahes Umland

Route: Sie wird rechtzeitig an alle TN bekannt gegeben, je nach Aufkommen an Früchten und Pilzen.

Inhalt: Wir lernen essbare und giftige Pilze in ihrem jeweiligen Habitat kennen und beschäftigen uns mit Heilkräutern und Wildfrüchten. Kleine Verkostung 2,-€ p.P.

Sonstiges: ca. 2-3 h, leichtes Gelände, Anmeldung erforderlich



Der Vorstand gratuliert seinen Jubilaren

Zum 85. Irmgard Harzbecker
Klaus Schumann

Zum 80. Christine Eckold
Monika Adam
Karin Roch
Ingrid Klemmer

Zum 75. Christine Seidel
Annerose Kühne
Ines Pachmann
Helga Kriegel

Zum 70. Dietmar Leuschke
Marion Herrmann

Zum 65. Elke Tintner

Zum 60. Maja Bertholdt
Elke Eckstein

