Buchinger Fastenwoche

Unter dem Motto „Fasten soll ein Erlebnis sein“ bietet der Kneipp-Verein Schöneck eine Fastenwoche an. Interessierte können gemeinsam mit der Fastenleiterin Grit Hardegen in einer ambulanten Gruppe an der Fastenwoche teilnehmen. Neben wichtigen Hinweisen zu unterstützenden Maßnahmen, Entspannungsübungen aus dem Qi Gong und Nordic Walking Training erfahren die Teilnehmer Wissenswertes über vollwertige Ernährung und richtiges Essen nach dem Fasten.

Info-Abend: am **25.02.2027**, 19.00 Uhr, Schulgarten Schöneck
Fastenwoche: **11.03. - 19.03.2027**
Fastenleiterin: Grit Hardegen, Info unter 0173-9433001
oder: fasteninfo@web.de
Mitglieder 100 €, Nichtmitglieder 130 €



Sie finden Gefallen an unseren Angeboten und wollen mehr erfahren? Sie möchten Mitglied werden? Sie haben Fragen, Anregungen, Kritik? Dann sprechen Sie uns einfach an!

Kontakt
Kneipp-Verein Schöneck e.V. | Sonnenwirbel 3 | 08261 Schöneck
Info: 01522 34 11 543
Mail: schoeneck@kneipp-sachsen.de
Web: **www.kneipp-sachsen.de/schoeneck**

Impressum:
Herausgeber: Kneipp-Verein Schöneck e.V.
Bilder: Kneipp-Verein; pexels, Susanne Jutzeler
Satz I Layout: Werbemarkt Röh, Bad Elster | 2026

WANDERUNGEN

Winterwanderung nach Muldenberg

Wanderung nach Muldenberg mit Einkehr im „Bergschlösschen“ am Zielort in Muldenberg, Rückfahrt mit der Bahn.
Treffpunkt: 10:00 Uhr am Bahnhof Schöneck
Einkehr: Versorgungspunkt im Stadtpark (Selbstzahler) mit Musik und Unterhaltung
Länge: ca. 6 km
Gebühr: **Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme**
Wanderleiterin: Claudia Bangert, Info 037464-82214
Januar/Februar 2027 (je nach Wetterlage)

Wanderung entlang des „Wolfsbaches“

Wanderung entlang des „Wolfsbaches“ in Richtung Zwota mit Einkehr im Ferienhotel Zwota, Rückfahrt mit der Bahn.
Treffpunkt: 09:30 Uhr am Bahnhof Schöneck
Einkehr: „Vogtlandklause“
Länge: ca. 8 km
Gebühr: **Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme**
Wanderleiterin: Claudia Bangert, Info 037464-82214
April 2027

Wanderung zum Rhododendronfest nach Schilbach und weiter in die Skiwelt Schöneck

Wanderung nach Schilbach und weiter in die Skiwelt (Talstation) nach Schöneck
Treffpunkt: 10:00 Uhr an der „Brauschänke“ (unterhalb der Kirche) in Schöneck
Einkehr: am Nachmittag beim „Hüttenwirt“
Länge: ca. 8 km
Gebühr: **Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme**
Wanderleiterin: Claudia Bangert, Info 037464-82214
Mai/Juni 2027

Kräuterwanderung und Ausprobieren

Erleben Sie die Welt der heimischen Kräuter bei 3 kleinen Wanderungen (jeweils maximal 2 km). Gemeinsam entdecken wir duftende Wiesen und spannende Kräuter. Zum Abschluss jeder Wanderung gibt es etwas zum Ausprobieren und zum 4. Termin gestalten wir kleine Geschenke mit Kräutern – kreativ und duftend natürlich!
Termine: Die Wanderungen finden voraussichtlich im Mai, Juli und September statt. Genaue Termine und weitere Informationen werden rechtzeitig im Anzeiger veröffentlicht.
Gemeinsamer Abschluss **10.11.2027,** 17.30 Uhr
Anmeldung: Andrea Seltner, Info unter 037464 343871
Unkostenbeitrag für MG und NMG wird erhoben, je nach Veranstaltung

WANDERUNGEN/VERANSTALTUNGEN

Kräuterwanderung

Geführte Wanderung zum Kennenlernen verschiedener Wildkräuter in ihrer natürlichen Umgebung und ihre Verwendung in Küche, Medizin und Kosmetik
Treffpunkt: 17.00 Uhr, Schöneck
Gebühr: **Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme**
Wanderleiterin: Andrea Seltner, Anmeldung/ Info 037464-343871
Kerstin Weinper, Info 01522-34 11 543
Mai 2027

Wanderung zum „Röthelstein“

Wanderung zum markanten Quarzitfelsen „Röthelstein“ im Waldgebiet in Beerheide
Treffpunkt: Treff 10:00 Uhr, Parkplatz am „Kulturhaus“ Beerheide
Einkehr: im „Alten Kaffeehaus“ in Beerheide
Länge: 6 km
Gebühr: **Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme**
Wanderleiterin: Claudia Bangert, Info 037464-82214
August 2027

Wanderung nach Grünbach über den „Musikantensteig“

Wanderung über den „Musikantensteig“ nach Grünbach
Treffpunkt: 09:30 Uhr am Bahnhof Schöneck
Einkehr: im „Bayrischen Hof“ in Grünbach
Länge: 8 km
Gebühr: **Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme**
Wanderleiterin: Claudia Bangert, Info 037464-82214
Oktober 2027

„Fahrt ins Blaue“

Besuch des Kneipp-Kräutergartens in Chemnitz mit Führung durch den Garten
Treffpunkt: Nähere Infos werden bekannt gegeben. eigene Anreise/ Fahrgemeinschaften
Gebühr: wird noch bekannt gegeben
Wanderleiterin: Kerstin Weinper,
Anmeldung über Stadt Schöneck, Tel: 037464-8700
Ende Juni 2027

VERANSTALTUNGEN

Fasten - ein guter Start in den Frühling

Der Kneipp-Verein lädt zum gemeinsamen Fasten ein. Im Rahmen eines Info-Abends gibt es wertvolle Tipps zum Thema.
Info-Abend am 25.02.27, 19.00 Uhr, Schulgarten Schöneck
Gebühr: **Mitglieder 100€, Nichtmitglieder 130€**
Fastenleiterin: Grit Hardegen, Info unter 0173-9433001
oder: fasteninfo@web.de

Gesundheitsstammtisch

Informelles Treffen und Austausch zu verschiedenen Gesundheits- und Ernährungsthemen. Ernährungsberatung durch geprüfte Ernährungsberaterin
Beginn: vierteljährlich, am 1. Montag im Monat
Termine: **vierteljährlich 18.01.27, 19.04.27, 19.07.27, 18.10.27**
Treffpunkt: 17.00 Uhr, Pavillon Schulgarten
Anmeldung: Kerstin Weinper, Info unter 0152-23411543
Teilnahmegebühr nach Absprache

Vorstandssitzung

Besprechung des Vereinsvorstandes zur Planung und Entscheidung über Vereinsangelegenheiten. Mitglieder können ihre Anliegen vorab einreichen.
1. Mittwoch im Monat, 18:00-20:00 Uhr, Pavillon Schulgarten
Kerstin Weinper, Info 01522 34 11 543

Mitgliederversammlung

Jährliche Mitgliederversammlung und im Anschluss gemütlicher Ausklang
05.04.2027, 18.00 Uhr, Bürgerhaus Schöneck

Arbeitseinsatz an den Kneippanlagen

Wir wollen uns regelmäßig zur Pflege der Anlagen treffen. Im Anschluss findet ein gemütliches Beisammensein statt.
Kerstin Weinper, Info 01522 34 11 543
Termine werden rechtzeitig im Schönecker Anzeiger bekanntgegeben.

Weihnachtsfeier

Alljährliche Weihnachtsfeier
22.11.2027, 18.00 Uhr,
Kerstin Weinper, Info 01522 34 11 543
Nähere Infos werden noch bekannt gegeben.

Kneipp BUND

Jahresmotto 2027

„Natürlich Kneipp – Prävention, die verbindet“

Prävention ist eine der großen gesellschaftlichen Herausforderungen unserer Zeit. Gleichzeitig ist sie seit über 150 Jahren der Kern der Kneippschen Gesundheitslehre. Mit dem Jahresmotto „Natürlich Kneipp – Prävention, die verbindet“ macht die Kneipp-Bewegung 2027 gemeinsam sichtbar, wofür sie steht: für eine alltagstaugliche, ganzheitliche und natürliche Gesundheitsförderung, die Menschen zusammenbringt.

Drei Botschaften stehen 2027 im Mittelpunkt:

- Prävention beginnt bei jedem Einzelnen. Gesundheit entsteht durch kleine Entscheidungen im Alltag. Die fünf Kneippschen Elemente zeigen einfache Wege, um selbst aktiv zu werden.
- Prävention verbindet Menschen. Gesundheit braucht Gemeinschaft. Gemeinsame Aktivitäten schaffen Begegnung, machen Freude und motivieren dazu, einen gesunden Lebensstil dauerhaft zu leben.
- Kneipp verbindet Generationen. Von der Kita bis ins hohe Alter begleitet die Kneippsche Gesundheitslehre Menschen durch alle Lebensphasen und schafft Möglichkeiten, Gesundheit gemeinsam zu erleben.

Lassen Sie uns 2027 gemeinsam zeigen: Prävention beginnt im Alltag, verbindet Menschen und wird durch Kneipp erlebbar.
Natürlich Kneipp – Prävention, die verbindet.



Kneipp
VEREIN
Schöneck e.V.



PROGRAMM 2027
Kurse, Wanderungen und Veranstaltungen

Immaterielles Kulturerbe
Kneippen ist Kult

KIDS/KURSE

Power - Kids

Sport für Kinder von 4-6 Jahren, der richtig Spaß macht!
Kursbeginn: **Dauerangebot**
freitags 14.30 Uhr, Kita Schöneck, Turnraum
Anmeldung: Dana Schumann, Info unter 0162-2701941
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 2€ pro Teilnahme

Kinderdisco

Unsere Kinderdisco läd mit DJ, Musik und Lichteffekten zum Tanzen und Austoben ein.
Oktober 2027,
im Bürgertreff, Bürgerhaus Schöneck
Anmeldung: ohne Anmeldung
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme

Kinderfest 2027

Erlebt einen unvergesslichen Tag voller Spiel, Spaß und Staunen! Unser buntes Kinderfest bietet aufregende Mitmachspiele, kreative Bastelstationen und jede Menge Unterhaltung. Als Highlight erwartet euch eine fröhliche Theateraufführung, bei der Groß und Klein gemeinsam lachen, träumen und mitfiebern können.
Am **04.06.2027**, 14.30 - 18.00 Uhr, Stadtpark Schöneck

Klöppelgruppe Schöneck

Klöppeln ist eine Handwerkskunst. Der gesundheitliche Aspekt liegt in der Schulung der Geschicklichkeit, der Konzentration und dem geselligen Miteinander.
Kursbeginn: **Dauerangebot**, donnerstags 13.00 Uhr,
Bürgertreff Schöneck
Anmeldung: Heidrun Petermann, Info unter 0174-3871771
kostenfrei

E-Bike

Geführte Radtouren mit dem E-Bike rund um Schöneck für alle, die nicht gern allein radeln möchten oder sich nicht so gut auskennen.
Kursbeginn: **26.04.2027**, 10 Einheiten,
montags 17.15 Uhr, am Meiler, Schöneck
Anmeldung: Sandra Engelbrecht, Info 0172/3573004
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 3€ pro Teilnahme

Mitglieder werden gebeten, ihren Ausweis zu den Veranstaltungen mitzubringen.

KURSE

Body Balance Pilates Beginners

Pilates ist ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur.
Kursbeginn: **28.09.2027**, 10 Einheiten
dienstags 20.00 Uhr,
Paracelsus-Klinik Physio, Schöneck
Anmeldung: Heidrun Döring, Info unter 037464-88203
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme, Teilnahme nicht erstattungsfähig durch die Krankenkasse

Body Balance Pilates Advanced

Für fortgeschrittene Pilates-Teilnehmer
Kursbeginn: ab **22.02.2027** und ab **27.09.2027**, je 10 Einheiten
montags 20.00 Uhr,
Paracelsus-Klinik Physio, Schöneck
Anmeldung: Heidrun Döring, Info unter 037464-88203
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme, Teilnahme nicht erstattungsfähig durch die Krankenkasse

Rückenschule

Rückenschule bezeichnet das Erlernen von rückenfreundlichen Bewegungsabläufen im Alltag – insbesondere das richtige Stehen, Heben und Tragen.
Kursbeginn: **23.02.2027**, 10 Einheiten
dienstags 20.00 Uhr,
Paracelsus-Klinik Physio, Schöneck
Anmeldung: Heidrun Döring, Info unter 037464-88203
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme, Bezuschussung durch die Krankenkasse möglich
Mindesteilnahme 5 Personen, (Anmeldeschluss 1 Wo. vor Kursbeginn!)

Nordic Walking

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der das schnelle Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird.
Kursbeginn: **12.04.2027**, 10 Einheiten,
montags 18.15 Uhr, am Meiler, Schöneck
Anmeldung: Christin Schott, Info unter 037464-851230
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 4€ pro Teilnahme

Werden Sie Mitglied!

KURSE

Aqua-Fitness

Aqua-Fitness ist ein Ganzkörpertraining, welches im Flachwasser in Brusthöhe oder im Tiefwasser mit und ohne Gerät durchgeführt wird.
Kursbeginn: ab **27.02.2027** und ab **04.09.202**7, je 10 Einheiten
samstags 09.00 Uhr,
IFA-Erlebnisbad, Schöneck
Anmeldung: Heike Fleck, Info unter 037464-31082
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 4€ pro Teilnahme

Fitness-Wandern

Die Natur genießen, vom Alltag abschalten und etwas für die eigene Fitness tun.
Kursbeginn: **11.05.2027**, 10 Einheiten
dienstags 18.30 Uhr,
am Diska Schöneck, Parkplatz
Anmeldung: Kerstin Geilert, Info unter 037464-88663
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 6€ pro Teilnahme

Lauftreff - auch für Laufeinsteiger

Als eine Form des Ausdauertrainings steigert Joggen nicht nur die körperliche Ausdauer, sondern auch die physische Leistungsfähigkeit des Körpers insgesamt.
Kursbeginn: **23.08.2027**, 10 Einheiten
montags 17.00 Uhr, am Meiler, Schöneck
(auch nach Absprache)
Anmeldung: Kerstin Weinper, Info unter 0152-23411543
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 2€ pro Teilnahme

Meditation

Meditation ist eine Praxis, die darauf abzielt, Konzentration, Achtsamkeit und Ruhe zu fördern.
Kursbeginn: **13.09.2027** Osho Kundalini Meditation, 1 Einheit
20.09.2027 Herz/ Chakra-Meditation, 1 Einheit
18.30 Uhr, Schulgarten Schöneck
Anmeldung: Sabine Rudert, Info unter 0170-4706458
Mitglieder 12€, Nichtmitglieder 15€ pro Teilnahme

KURSE

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (PMR)

Entspannungsverfahren, bei dem durch die willentliche und bewusste An- und Entspannung bestimmter Muskelgruppen ein Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers erreicht werden soll.
Kursbeginn: **05.01.2027**, 8 Einheiten
dienstags 18.30 Uhr, Schulgarten Schöneck
Anmeldung: Kerstin Geilert, Info unter 037464-88663
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme

Qi Gong

Chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.
Kursbeginn: **16.09.2027**, 10 Einheiten
donnerstags 18.00 Uhr, Schulgarten Schöneck
Anmeldung: Bob Noritsch, Info unter 0172-5668282
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme

Autogenes Training

Autogenes Training, auch konzentrative Entspannung, ist ein auf Autosuggestion basierendes Entspannungsverfahren.
Kursbeginn: **24.08.2027**, 8 Einheiten
dienstags 18.30 Uhr, Schulgarten Schöneck
Anmeldung: Kerstin Geilert, Info unter 037464-88663
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme

Yogasana-Yoga

Eine Yogaform in der Tradition nach B.K.S. Iyengar. Die Körperhaltungen werden mit hoher Präzision, Achtsamkeit und Unterstützung mit Geräten ausgeführt.
Kursbeginn: **Dauerangebot**, mittwochs 19.00 - 20.15 Uhr, 75 min
Bürgertreff Bürgerhaus Schöneck
Anmeldung: Roxelane Zierold, Info unter 0151-18201709
Einzelstunde 12€, 10er Kurs: Mitglieder 90€, Nichtmitglieder 100€

Hatha-Yoga

Yoga ist eine indische philosophische Lehre, die eine Reihe geistiger und körperlicher Übungen, Meditation und Askese umfasst.
Kursbeginn: **15.03.2027**, 10 Einheiten
montags 17.45 Uhr und 19.00 Uhr, Schulgarten Schöneck
Anmeldung: Sabine Rudert, Info unter 0170-4706458
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme

KURSE

Sportgruppe „Power Steps“

In der Sportgruppe „Power Steps“ zeigen wir dir effektive Übungen und kurze Workouts, mit denen du Muskelgruppen stärkst und dabei die Problemzonen straffst. Du wirst dich schon bald insgesamt stärker, fitter und somit auch selbstbewusster fühlen.
Kursbeginn: **Dauerangebot**
dienstags 20.00 Uhr,
Alte Turnhalle, Schule Schöneck
Anmeldung: Heike Meinel, Info unter 0171-6991300
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme

Sportgruppe „Tradition“

Die Gymnastik ist eine Sportart, die eine Vielzahl von körperlichen Übungen umfasst. In unserer Gymnastikgruppe kommt das Miteinander und der Spaß nicht zu kurz.
Kursbeginn: **Dauerangebot**
montags 17.30 Uhr
Alte Turnhalle, Schule Schöneck
Anmeldung: Gudrun Grabowy, Info unter 037464-88094
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme

Seniorengymnastik

Seniorengymnastik ist eine eigenständige Bewegungsform des Sports, die die Altersveränderungen des Menschen berücksichtigt.
Kursbeginn: ab **02.03.2027** und ab **31.08.2027**, je 10 Einheiten
dienstags 18.00 Uhr,
Paracelsus-Klinik Physio, Schöneck
Anmeldung: Heike Meinel, Info unter 0171-6991300
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme

Bauch-Beine-Po - Kneipp-Gymnastik

Effektive Übungen für einen flachen Bauch, schlanke und straffe Beine sowie einen knackigen Po
Kursbeginn: ab **24.02.2027** und ab **18.08.2027**, je 12 Einheiten
mittwochs 19.30 Uhr, Alte Turnhalle, Schule Schöneck
Anmeldung: Gudrun Grabowy, Info unter 037464-88094
Mitglieder frei! Nichtmitglieder 8€ pro Teilnahme



NEU Kneipp-Kanal! Aktuelle Informationen zu Vereinsthemen, Veranstaltungen und vieles mehr…

Kneipp-Verein Schöneck e.V.
WhatsApp-Kanal