

# Jahresprogramm 2015

## Kneippverein St.Gallen

© Klaus Stadler «Frauenbad Drei Weihern»

### Januar bis April

Januar	<b>Wasser-Gymnastik</b> Kurs 1, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Montag, 5. Januar bis 30. März (fällt 26.1. aus) 7.15 / 8.30 / 9.15 Uhr Ursi Rohrer Mitglieder Fr. 175.–, Gäste Fr. 200.– (inkl. Eintritt) <b>Jahreskurs 34 x 45 Min. 10% Rabatt</b> Paula Eigenmann, Tel. 071 288 45 53
	<b>Dreikönigs-Bummel</b> Rest. Hörnli Freidorf	Datum Zeit Treffpunkt Anmeldung	Dienstag, 6. Januar für Wanderer mit Postauto 13.58 Uhr nach Hofen Wittenbach, für Nichtwanderer 14.36 Uhr mit der Bahn nach Roggwil-Berg SG Hauptbahnhof bis <b>3. Januar</b> bei Rosmarie Schoch Tel. 071 385 76 71
	<b>Aqua Fit</b> Kurs 1, Notker Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Freitag, 9. Januar bis 27. März (fällt 16.1. und 30.1. aus) 19.15 Uhr / 20.10 Uhr Wolfram Jackmann Mitglieder Fr. 190.–, Gäste Fr. 210.– (inkl. Eintritt) <b>Jahreskurs 35 x 50 Min. 10% Rabatt</b> Erika Eichkorn, Tel. 071 245 80 53
	<b>Aqua Fit</b> Kurs 1, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Samstag, 10. Januar bis 28. März (fällt 17.1. und 31.1. aus) 10.00 / 11.00 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 155.–, Gäste Fr. 170.– (exkl. Eintritt) <b>Jahreskurs 34 x 50 Min. 10% Rabatt</b> Regina Frei, Tel. 071 311 44 13
Februar	<b>Mittwochtreff</b>	Datum/Zeit	4. Februar, 9.00 Uhr, Café Gschwend
	<b>Besichtigung Kurhaus Oberwaid</b>	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 12. Februar 14.00 Uhr Eingang Kurhaus Oberwaid Mitglieder Fr.10.–, Gäste Fr. 12.– bis <b>Do 5. Februar</b> Erika Eichkorn 071 245 80 53
März	<b>Fastenwoche – Entschlacken und Energietanken für Körper, Geist und Seele Fasten im Alltag</b>	Datum Zeit Ort Kursleitung Kurskosten Datum Anmeldung	Sonntag, 8. März bis Samstag 14. März Täglich 9.00 bis 11.00 Uhr Gemeinschaftsraum Cunzstr. 15, 9016 St.Gallen Regula Meier, Kneipp-Gesundheitsberaterin Mitglieder Fr. 130.–, Gäste Fr. 160.– Donnerstag, 26. Februar für Angemeldete, 17.00 Uhr bis <b>Mo 23. Februar</b> Regula Meier, Tel. 071 311 44 86
	<b>Wanderung Kirchberg-Giessenfall-Kirchberg</b> Wanderzeit ca. 2½ Std.	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 12. März Abfahrt 10.35 Uhr, St.Gallen an ca. 16.30 Uhr SG Hauptbahnhof Tageskarte Kirchberg, Caféhalt unterwegs bis <b>Di 10. März</b> bei Margrith Bischoff, Tel. 071 278 38 58
	<b>119. Hauptversammlung</b> mit Imbiss und Unterhaltung	Datum/Zeit Ort Anmeldung	Dienstag, 24. März, 19.00 Uhr Restaurant Adler, St.Georgen bis <b>Di 17. März</b> , Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
April	<b>Mittwochtreff</b>	Datum/Zeit	1. April, 9.00 Uhr, Café Gschwend
	<b>Wanderung entlang der Töss</b> leichte Wanderung Wanderzeit ca. 3½ Std.	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 9. April Abfahrt 8.48 Uhr, St.Gallen an ca. 17.30 Uhr SG Hauptbahnhof Tageskarte Bauma ZH via Winterthur, Mittagessen im Restaurant (ca. Fr. 15.50) bis <b>Di 7. April</b> bei Paula Eigenmann, Tel. 071 288 45 53
	<b>Wasser-Gymnastik</b> Kurs 2, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Montag, 20. April bis 22. Juni (fällt 25.5. aus) 7.15 / 8.30 / 9.15 Uhr Ursi Rohrer Mitglieder Fr. 130.–, Gäste Fr. 150.– (inkl. Eintritt) Paula Eigenmann, Tel. 071 288 45 53
	<b>Alles Rouladen pikant und süss</b> Kochkurs	Datum Zeit Kursleitung Kursort Kurskosten Anmeldung	Mittwoch, 22. April 14.00–17.00 Uhr Christian Ziegler Schulhaus Dorf, Gais (b. Bahnhof) Mitglieder Fr. 60.–, Gäste Fr. 70.– inkl. Kursmaterial bis <b>Mi 15. April</b> bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
	<b>Aqua Fit</b> Kurs 2, Notker Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Freitag, 24. April bis 26. Juni (fällt 15.5. aus) 19.15 Uhr / 20.10 Uhr Wolfram Jackmann Mitglieder Fr. 170.–, Gäste Fr. 190.– (inkl. Eintritt) Erika Eichkorn, Tel. 071 245 80 53
<b>Aqua Fit</b> Kurs 2, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Samstag, 25. April bis 27. Juni (fällt 16.5. aus) 10.00 Uhr / 11.00 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 140.–, Gäste Fr. 155.– (exkl. Eintritt) Regina Frei, Tel. 071 311 44 13	

**Für Wanderungen sich bitte bis spätestens Dienstagabend anmelden.**

**Änderungen vorbehalten, Informationen siehe Kneipp-Monatszeitschrift.**

**Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.**

**Wir danken allen Inserenten und bitten unsere Mitglieder, diese zu berücksichtigen!**

#### Kontakt

##### Präsidentin

Rosmarie Schoch, Gesundheitsberaterin  
Langgasse 33, 9056 Gais, 071 385 76 71, schoch.rosmarie@bluewin.ch

##### Gesundheitsberaterin und Beisitzerin

Regula Meier, Im Rebacker 9, 8590 Romanshorn, Tel. 071 311 44 86, meier.regi@bluewin.ch

##### Beisitzerin

Regina Frei, Benslistr. 19, 9034 Eggersriet, Tel. 071 311 44 13, regfrei@bluewin.ch

##### Wanderleiterinnen

Paula Eigenmann, paula18@bluewin.ch, Silvia Lambeau, Margrith Bischoff, mabischoff@bluewin.ch,  
Margrit Sutter, margrit18@bluewin.ch

##### Sekretariat/Kasse/Presse

Erika Eichkorn, Kolumbanstrasse 43, 9008 St.Gallen, Tel. 071 245 80 53, kneipp.sg@bluewin.ch

**Internet:** Verband und Sektion St.Gallen [www.kneipp.ch](http://www.kneipp.ch)

**Email Verein:** [kneipp.sg@bluewin.ch](mailto:kneipp.sg@bluewin.ch)

**Mittwochtreffs:** finden jeweils im Café Gschwend, Goliathgasse 7 statt

## Mai bis Dezember

Mai	<b>Mittwochtreff</b>	Datum/Zeit	6. Mai, 9.00 Uhr, Café Gschwend
	<b>Wanderung Heiden-Wienacht-Bodensee</b> Wanderzeit ca. 2½ Std.	Datum Zeit Ankunft Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 7. Mai Abfahrt ab HB 9.50 Uhr, Neudorf via Eggersriet 10.01 Uhr ca. 16.30 Uhr SG Hauptbahnhof Tageskarte Heiden, Verpflegung aus Rucksack bis <b>Di 5. Mai</b> Margrit Sutter, Tel. 071 244 80 84
	<b>Atem als Kraftquelle</b> Schnupperkurs	Datum Zeit Ort Kurskosten Kursleitung Anmeldung	Donnerstag, 21. Mai 13.45 Uhr bis 15.45 Uhr St.Leonhard-Str. 65, St.Gallen Kosten Mitglieder Fr. 35.–/Gäste Fr. 40.– Esther Bugmann bis <b>Mo 11. Mai</b> bei Erika Eichkorn, Tel. 071 245 80 53
	<b>Atem als Kraftquelle</b> Schnupperkurs	Datum Zeit Ort Kurskosten Kursleitung Anmeldung	Samstag, 23. Mai 9.30 Uhr bis 11.30 Uhr St.Leonhard-Str. 65, St.Gallen Kosten Mitglieder Fr. 35.–/Gäste Fr. 40.– Esther Bugmann bis <b>Mo 11. Mai</b> bei Erika Eichkorn, Tel. 071 245 80 53
Juni	<b>Mittwochtreff</b>	Datum/Zeit	3. Juni, 9.00 Uhr, Café Gschwend
	<b>Wanderung Rheinkanal-Alter Rhein-Diepoldsau</b> Wanderzeit ca. 3 Std.	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 11. Juni Abfahrt 9.09 Uhr, St.Gallen an ca. 16.30 Uhr SG Hauptbahnhof Tageskarte Heerbrugg / Diepoldsau, Verpflegung aus Rucksack bis <b>Di 9. Juni</b> bei Margrith Bischoff, Tel. 071 278 38 58
	<b>Die Zeitfrauen</b> Zeitreise in die Vergangenheit	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 25. Juni Abfahrt mit Bus nach Arbon 13.36 Uhr, St.Gallen an ca. 16.30 Uhr Stadtrundgang mit Führung um 14.30 Uhr SG Hauptbahnhof oder direkt am Nymphenbrunnen, Adolf-Saurer Quai, Arbon je nach Teilnehmerzahl Fr. 15.– bis Fr. 20.– bis <b>Sa 20. Juni</b> bei Rosmarie Schoch Tel. 071 385 76 71
Juli	<b>Wanderung Wissbachschlucht-Degersheim-Gossau</b> Wanderzeit ca. 3 Std.	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 9. Juli Abfahrt 9.57 Uhr, St.Gallen an ca. 17.00 Uhr SG Hauptbahnhof Tageskarte Degersheim, Verpflegung aus Rucksack bis Di 7. Juli bei Silvia Lambeau, Tel. 071 288 54 53
August	<b>Wanderung rund um den Bichelsee</b> Wanderzeit ca. 3 Std.	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 13. August Abfahrt 9.18 Uhr, St.Gallen an ca. 17.00 Uhr SG Hauptbahnhof Tageskarte Balterswil via Wil, Verpflegung aus Rucksack bis <b>Di 11. August</b> bei Margrit Sutter, Tel. 071 244 80 84
	<b>Aqua Fit</b> Kurs 3, Notker Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kosten Anmeldung	Freitag, 14. August bis 18. Dezember (fällt 2./9./16.10. aus) 19.15 / 20.10 Uhr Wolfram Jackmann Mitglieder Fr. 300.–, Gäste Fr. 340.– (inkl. Eintritt) Erika Eichkorn, Tel. 071 245 80 53
	<b>Aqua Fit</b> Kurs 3, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Samstag, 22. August bis 19. Dezember (fällt 3./10./17.10. aus) 10.00 Uhr / 11.00 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 230.–, Gäste Fr. 255.– (exkl. Eintritt) Regina Frei, Tel. 071 311 44 13
	<b>Bad Wörishofen</b> Ferienwoche Hotel Förch	Datum Anmeldung	Samstag, 29. August bis 5. September Evelyne Langner, Tel. 071 223 25 30
	<b>Wasser-Gymnastik</b> Kurs 3, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Montag, 31. August bis 14. Dezember (fällt 28.9./5. und 12.10. aus) 7.15 / 8.30 / 9.15 Uhr Ursi Rohrer Mitglieder Fr. 190.–, Gäste Fr. 215.– (inkl. Eintritt) Paula Eigenmann, Tel. 071 288 45 53
September	<b>Mittwochtreff</b>	Datum/Zeit	2. September, 9.00 Uhr, Café Gschwend
	<b>Wanderung Heiden-Fünfländerblick-Eggersriet</b> Wanderzeit ca. 3 Std.	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Donnerstag, 10. September Abfahrt 9.52 Uhr, St.Gallen an ca. 17.00 Uhr SG Hauptbahnhof Tageskarte Heiden, Verpflegung aus Rucksack bis <b>Di 8. September</b> bei Silvia Lambeau, Tel. 071 288 54 53
	<b>Tagesausflug mit Car Bregenzwald</b> Rhein-Schauen, Lustenau	Datum Anmeldung	Donnerstag, 17. September Genauere Angaben siehe Juli/August Zeitschrift bis <b>Mo 31. August</b> bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
Oktober	<b>Schlusswanderung nach Buechschachen</b> mit Guggeliessen Wanderzeit ca. 2 Std	Datum Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Mittwoch, 7. Oktober Abfahrt mit Bus 1 nach Winkeln 10.00 Uhr, St.Gallen an ca. 16.00 Uhr SG Hauptbahnhof ½ Guggeli, Salat und Torte ca. Fr. 22.50 bis <b>Mo 5. Oktober</b> bei Paula Eigenmann, Tel. 071 288 45 53
November	<b>Mittwochtreff</b>	Datum/Zeit	4. November, 9.00 Uhr, Café Gschwend
	<b>Denk dich fit</b> Heiteres Gedächtnistraining Kurs	Datum Zeit Ort Kurskosten Kursleitung Anmeldung	Dienstag, 17. November 14.00–17.00 Uhr Kirchgemeindehaus St.Mangen Kosten Mitglieder Fr. 40.–/Gäste Fr. 50.– Elsbeth Lauchenauer Gedächtnistrainerin SVGT bis <b>Mo 9. November</b> bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
Dezember	<b>Adventsfeier</b>	Datum/Zeit Ort Anmeldung	Dienstag, 8. Dezember, 17.00 Uhr Restaurant Adler, St.Georgen bis <b>Fr 4. Dezember</b> bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71

### AUTO ZOLLIKOFER AG

Ihr Autohaus in St. Gallen  
und Rickenbach b. Wil

[www.autozollikofer.ch](http://www.autozollikofer.ch)



Mitten in der Stadt  
St. Gallen

**SCHNEIDER**  
SCHUHE

[www.schneiderschuhe.ch](http://www.schneiderschuhe.ch)

Den Tag süß beginnen ...



mit unseren neuen Honigen ...

**claro**  
FAIR TRADE

claro Weltladen St. Gallen  
Engelgasse 5, 9000 St. Gallen  
071 222 43 73, [laden@clarosg.ch](mailto:laden@clarosg.ch)



## Falken Drogerie

Ihre  
Naturdrogerie  
für Gesundheit  
& Schönheit

Am Marktplatz St.Gallen

gschwind is. ...



**GSCHWEND**  
cafe-gschwend.ch

ST.GALLEN ROTMONTEN WINKELN ABTWIL

## KLOSTERDROGERIE

Naturheilmittel, Naturkosmetik

Ihr Spezialist für natürliche Heilmittel!



Klosterdrogerie  
Stefan & Noëlle Fehr-Coray  
Auf dem Damm 17  
9000 St.Gallen  
Telefon 071 223 33 48  
Fax 071 223 33 84  
[info@klosterdrogerie.ch](mailto:info@klosterdrogerie.ch)  
[www.klosterdrogerie.ch](http://www.klosterdrogerie.ch)