

Jahresprogramm 2024 Kneippverein St.Gallen

Januar bis Juni

Januar	Dreikönigs-Bummel Rest. Freihof, Gossau Spaziergang ca. ½ Std.	Datum Treffpunkt	Samstag, 6. Januar 14 Uhr, Hauptbahnhof, St.Gallen bei binärer Uhr, Tageskarte St.Gallen – Gossau
	Direkt mit Auto:	Billett Treffpunkt Anmeldung	14.45 Uhr, Rest. Freihof bis Mi. 3 Jan. bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
	Wasser-Gymnastik Kurs 1, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Montag, 8. Januar bis 25. März (fällt 29.1. aus), 11x 7.45 / 8.30 / 9.15 Uhr Ursula Rohrer Mitglieder Fr. 198.–, Gäste Fr 253.– (exkl. Eintritt) Ursula Rohrer, Tel. 071 855 43 02
	Aqua Fit Kurs 1, Notker Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Freitag, 12. Januar bis 5. April (fällt 19.1. / 2.2. / 29.3. aus), 10x 19 Uhr / 20 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 220.–, Gäste Fr. 270.– (inkl. Eintritt) Rosmarie Kern, Tel. 071 866 21 74
	Aqua Fit Kurs 1, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Samstag, 13. Januar bis 6. April (fällt 3.2. / 30.3. aus), 11x 10 Uhr / 11 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 209.–, Gäste Fr. 264.– (exkl. Eintritt) Rosmarie Kern, Tel. 071 866 21 74
Februar	Hauptversammlung mit Imbiss	Datum/Zeit Ort Anmeldung	Mittwoch, 28. Februar, 16 Uhr Rest. Hirschen, St.Gallen bis Mi 21. Febr. bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
März	Mittwochtreff	Datum/Zeit	6. März, 9 Uhr, Café Gschwend mit Kurzvortrag
April	Mittwochtreff	Datum/Zeit	3. April, 9 Uhr, Café Gschwend mit Kurzvortrag
	Natürlich entgiften mit den 5 Kneipp-Säulen	Datum/Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Samstag, 13. April, 9.15 bis ca. 16.30 Uhr Naturschule SG, Spilrücklistr. 19a, St.Gallen-St.Georgen Mitglieder Fr. 130.–, Gäste/Nichtmitglieder Fr. 150.– einschl. Broschüre, Getränke & Mittags-Imbiss bis Fr 13. März bei Elisabeth Scheiwiller, Tel. 076 531 54 52 Mail: eli.scheiwiller@gmail.com
	Wasser-Gymnastik Kurs 2, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Montag, 22. April bis 24. Juni, (fällt 20.5. aus) 9x 7.45 Uhr / 8.30 Uhr / 9.15 Uhr Ursula Rohrer Mitglieder Fr. 162.–, Gäste Fr. 207.– (exkl. Eintritt) Ursula Rohrer, Tel. 071 855 43 02
	Aqua Fit Kurs 2, Notker Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Freitag, 26. April bis 28. Juni (fällt 10.5. aus), 9x 19 Uhr / 20 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 198.–, Gäste Fr. 243.– (inkl. Eintritt) Rosmarie Kern, Tel. 071 866 21 74
	Aqua Fit Kurs 2, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Samstag, 27. April bis 29. Juni (fällt 11.5. aus) 9x 10 Uhr / 11 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 171.–, Gäste Fr. 216.– (exkl. Eintritt) Rosmarie Kern, Tel. 071 866 21 74
	Fasten im Alltag: Entschlacken und Energietanken für Körper, Geist und Seele	Datum Zeit Ort Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Fastenwoche: Samstag, 27. April bis 3. Mai Samstag, 15 bis 17 Uhr, ab Sonntag täglich 9 bis 11 Uhr Gemeinschaftsraum Cunuzstr. 15, 9016 St.Gallen Verena Dudler, Fastenleiterin u. Gesundheitsberaterin SKV Mitglieder Fr. 180.–, Gäste Fr. 210.– bis Mo 22. April bei Verena Dudler Tel. 071 841 71 55 Mail: verena.dudler@gmail.com
Mai	Mittwochtreff	Datum/Zeit	1. Mai, 9 Uhr, Café Gschwend mit Kurzvortrag
Juni	Mittwochtreff	Datum/Zeit	5. Juni, 9 Uhr, Café Gschwend mit Kurzvortrag

Juli bis Dezember

Juli	Besichtigung und Führung A. Vogel AG, Teufen	Datum/Zeit Treffpunkt Billett Kosten Anmeldung	Donnerstag, 4. Juli, 14.00 – 16.30 Uhr Zeit: 13.00, Bahnhof, St.Gallen, Gleis 11 Tageskarte St.Gallen – Teufen ab Teufen bis A. Vogel verkehrt ein Shuttlebus Mitglieder Fr. 25.–, Gäste Fr. 35.– Inbegriffen: Führung, Herstellung eines Kräuteröls, Bambukaffee mit Guezli, Einkaufsgutschein Fr. 5.– Verabschiedung mit Geschenk bis Mi 12. Juni bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
August	Aqua Fit Kurs 3, Notker Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Freitag, 16. August bis 13. Dezember, 14x (fällt 4./11./18.10./1.11. aus) 19 Uhr / 20 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr. 308.–, Gäste Fr. 378.– (inkl. Eintritt) Rosmarie Kern, Tel. 071 866 21 74
	Aqua Fit Kurs 3, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Samstag, 17. August bis 14. Dezember, 14x (fällt 5./12./19.10./2.11. aus) 10 Uhr / 11 Uhr Rosmarie Kern Mitglieder Fr.266.–, Gäste Fr. 336.– (exkl. Eintritt) Rosmarie Kern, Tel. 071 866 21 74
	Bad Wörishofen	Datum Anmeldung & Information	Samstag, 24. – 31. August bis Fr 31. Mai bei Ernst u. Magi Bélat, Tel. 071 344 28 26 Mail: embelat@bluewin.ch
September	Wasser-Gymnastik Kurs 3, Volksbad Qualitop zertifiziert	Datum Zeit Kursleitung Kurskosten Anmeldung	Montag, 2. September bis 16. Dezember, 13x (fällt 30.9./7.14.10. aus) 7.45 Uhr / 8.30 Uhr / 9.15 Uhr Ursula Rohrer Mitglieder Fr. 234.–, Gäste Fr. 299.– (exkl. Eintritt) Ursula Rohrer, Tel. 071 855 43 02
	Mittwochtreff	Datum/Zeit	4. September, 9 Uhr, Café Gschwend mit Kurzvortrag
	Die Heilkraft der Pflanzen für Verdauung Leber & Galle	Datum/Zeit Treffpunkt Kosten Anmeldung	Samstag, 21. September, 13.15 bis ca. 17.15 Uhr Naturschule SG, Spilrücklistr. 19a, St.Gallen-St.Georgen Mitglieder Fr. 65.–, Gäste/Nichtmitglieder Fr. 75.– Inkl. Kursunterlagen & 1 Herstellung für die Hausapotheke bis Mi 21. August bei Elisabeth Scheiwiller, Tel. 076 531 54 52 Mail: eli.scheiwiller@gmail.com
November	Mittwochtreff	Datum/Zeit	6. November, 9 Uhr, Café Gschwend mit Kurzvortrag
	Räuchern in der Vorweihnachtszeit Ein alter Brauch	Datum/Zeit Ort Kursleitung Kosten Anmeldung	Samstag, 16. Nov. 14.00 – 17.00 Uhr Kirchgemeindehaus St.Mangen, St.Gallen Gabriela Hug, Kant. appr. Heilpraktikerin Mitglieder Fr. 65.–, Gäste Fr. 75.– bis Di 5. Nov. bei Rosmarie Schoch, 071 385 76 71
Dezember	Adventsfeier	Datum/Zeit Ort Anmeldung	Dienstag, 3. Dezember, 17 Uhr Restaurant Adler, St.Georgen bis Di 26. Nov. bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71
Januar 2025	Dreikönigsbummel	Datum/Zeit Anmeldung	Montag, 6. Januar 2025 bis Di 2. Jan. bei Rosmarie Schoch, Tel. 071 385 76 71

Rossfall bei Urnäsch, Bildnachweis: Bernhard Bischoff.

Mittwochtreffs finden jeweils im Café Gschwend, Goliathgasse 7, St.Gallen, statt.

Änderungen vorbehalten, Informationen siehe Kneipp-Zeitschrift «Natürlich leben» oder per Mail / Internet.

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

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

«Wer nicht jeden Tag ein wenig für seine Gesundheit aufbringt,
wird einmal viel Zeit für seine Krankheit opfern!»

(Sebastian Kneipp)

Kontakte

Präsidentin: Rosmarie Schoch, Dipl. Kneipp-Gesundheitsberaterin SKV, Diplom in Kräuterkunde
Langgasse 33, 9056 Gais, Tel. 071 385 76 71, Mail: schoch.rosmarie@bluewin.ch

Vizepräsidentin, Aktuarin und Presse: Verena Dudler, Dipl. Kneipp-Gesundheitsberaterin SKV, Fastenleiterin SKV
Sonnenhaldenstrasse 13a, 9403 Goldach, Tel. 071 841 71 55, Mail: verena.dudler@gmail.com

Finanzen ab HV 2024: Heria Gnos, Dorfstrasse, 9, 9249 Algetshausen, Tel. 079 421 03 34, Mail: heria.gnos@bluewin.ch

Kurswesen: Elisabeth Scheiwiller, Dipl. Kneipp-Gesundheitsberaterin SKV, Diplom in Kräuterkunde
Dietrütistrasse 11, 9525 Lenggenwil, Tel. 076 531 54 52, Mail: eli.scheiwiller@gmail.com, Mail: kneipp.sg@bluewin.ch

Beisitzerin: Margrith Bischoff, Büchelstrasse 19, 9000 St.Gallen, Tel. 079 380 59 29, Mail: mabischoff@bluewin.ch

Wasserkurse: Yvonne Bischoff, Neubrunnenstrasse 8, 9205 Waldkirch, 078 831 00 66, yvonne.bischoff@gmx.ch

Internet Verband www.kneipp.ch und Sektion **St.Gallen** www.kneipp.ch/kneippverein-st.gallen

E-Mail-Vorstand: st.gallen@kneipp.ch

Bärenstark.



TYPOTRON
DAS DRUCKHAUS
www.typotron.ch



KLOSTERDROGERIE
Ihr Spezialist für Naturheilmittel

Klosterdrogerie AG
Auf dem Damm 17
9000 St. Gallen
www.klosterdrogerie.ch
info@klosterdrogerie.ch
Tel. 071 223 33 48



**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

**Weit über 60 Kurse
für Menschen über 60**

Kursprogramm jetzt bestellen:
st.gallen@sg.prosenectute.ch · 071 227 60 28



Falken Drogerie

Ihre
Naturdrogerie
für Gesundheit
& Schönheit

Am Marktplatz St.Gallen



GSCHWEND

cafe-gschwend.ch