

# Novemberwanderung Rund um Bünzen



Der Herbst zieht spürbar ins Land und damit auch die Übergangszeit von der warmen Jahreszeit ins Kühlere. Auch unser Körper muss sich wieder umgewöhnen und umschalten. Eine der 5 Kneippsäulen ist die Bewegung. Bewegung draussen in der kraftvollen Natur ist besonders wertvoll. Mit ihr trainieren wir unser inneres und äusseres Gleichgewicht, unsere Sinne und unser Immunsystem. Tägliche Bewegung bringt unseren Kreislauf und Stoffwechsel in Schwung, hebt die Stimmung und trainiert den Körper schneller auf Wärme und Kälte zu reagieren.

**Leitung/Auskunft:** Fredy & Rita Strebel, 079 307 91 56  
**Datum:** Sonntag, 8. November 2026  
**Tour:** Leichte, ca. 2–2 ½ gemütliche Wanderung  
**Treffpunkt:** 12.00 Uhr Parkplatz ehem. Feuerwehrmagazin,  
Bremgartenstrasse, 5624 Bünzen  
**Einkehr:** Restaurant Hirschen in Bünzen, auf eigene Kosten

Wir freuen uns, gemeinsam mit euch in unserer schönen Umgebung unterwegs zu sein. Herzlich Fredy und Rita Strebel

***Gemeinsam etwas für Gesundheit und Wohlbefinden tun – sei dabei!***



Link scannen  
zum Online Flyer

Kneippstyle is Lifestyle  
50 Jahre KNEIPP-VEREIN MURI-FREIAMT – wir feiern



Jubiläumsschrift