

Liebe Kneippianer

Im Kneipp-Bund e.V.
Bundesverband für
Gesundheitsförderung
Weißenburg e.V.
Eichstätter Straße 58
91781 Weißenburg

Tel. 09141 / 81632
Fax 09141 / 81634
Email:
kneippverein@eisenbrand-events.de
www.kneippverein-weissenburg.de

Weißenburg, 01.11.2025

Monatsbrief November / Dezember 2025

„Auch Bewegung ist unentbehrlich, um gesund heranzuwachsen und sich gesund zu erhalten.“ (Zitat Sebastian Kneipp)

Dieser Empfehlung von Sebastian Kneipp sind in den vergangenen Monaten viele Mitglieder und Gäste gefolgt. Es freut mich, dass unser Programm auf so großes Interesse stößt.

Auf mehrfache Anfragen haben Sie die Möglichkeit, unser **Vereins-T-Shirt** zu erwerben. Wenden Sie sich hierzu an die **Stickmanufaktur Müller**, Rothenburger Straße 13 in Weißenburg. Hier können Sie vor Ort die gewünschte Größe **anprobieren, bestellen und bezahlen**. Damen- und Herrengrößen sind unterschiedlich geschnitten (XS bis 3XL). Der Farbton (malibublau) ist vereinbart. Die Qualität der Poloshirts kann wahlweise in reiner Baumwolle oder Mischgewebe erworben werden. Einschließlich der Bestickung kostet das T-Shirt **35 Euro**. Alternativ können Sie mir ihre Bestellung mitteilen. Diese leite ich dann weiter – es besteht aber keine Umtauschmöglichkeit, sollte das Polo-Shirt nicht passen. **Aktionszeitraum: 01.11. – 31.12.2025. Die T-Shirts werden im Januar 2026 bestickt und können dann bei mir abgeholt werden.**



Polo-T-Shirt mit besticktem Logo

Unser Rückblick auf die Monate September und Oktober:

September:

Im September und Oktober fanden im Rheumaliga-Turm unsere beliebten **Kaffee- und Spiele-Nachmittage** statt. Doris Neumann ist die „gute Seele“ dieser Treffen. Und es gibt auch neue Gäste, die gerne an dem geselligen und kostengünstigen Angebot teilnehmen.

Anfang September fand unsere **Radtour nach Titting** statt. Vom Treffpunkt am Stadtgarten musste die **20-köpfige** Velo-Gruppe zwar erst einmal den steilen Anstieg nach Oberhochstatt meistern, wurde aber dann aber auf dem wunderschönen **Limes-Radweg** mit landschaftlich reizvoller Umgebung belohnt. Sehr gute fränkische Kost genossen alle bei der Mittagseinkehr im **Gasthof Baumann in Titting**. Die spätsommerlichen Temperaturen ließen es sogar zu, im Biergarten zu sitzen. Über das traumhaft schöne Anlautertal, vorbei am **Bechthaler Weiher** ging es über Nennslingen zum **Wasserschloss Syburg**, das natürlich für viele Mitglieder und Gäste der Anreiz war, an dieser schönen Tour teilzunehmen. Da unsere Gruppe auch hier angemeldet war, sorgten die Wirtsleute im **Schlosspark-Café** noch für zusätzliche Kuchen. Eine beeindruckende Location, die sicherlich im nächsten Jahr viele Besucher erwarten darf.

Der Rückweg führte uns über **Bergen und Geyern** zurück nach Weißenburg. Ein ausgesprochen gelungener und harmonischer Radausflug, den Jürgen Eisenbrand gemeinsam mit Erwin Knoll (zertifizierter Naturpark-Führer Altmühltal) organisiert und geführt haben.



Trinkpause während unserer Radtour nach Titting

Der **Herbst-Ausflug nach Nürnberg** mit **Heinz Schneider** stieß auf großes Interesse. Mit dem Zug fuhren die 17 Teilnehmer von Weißenburg nach Nürnberg. Ein traumhaft sonniger Herbsttag war für das Programm wie bestellt. Vormittags besuchten wir das **Nürnberger Bratwurst-Museum** (siehe Foto). Der einstündige Rundgang wurde vom Inhaber unterhaltsam gestaltet, und er erklärte vieles über die Sagen- und Legendenwelt der wohl kleinsten und bekanntesten Bratwurst. Manches Rätsel hierzu wurde während des sehr kurzweiligen Vortrages gelöst.

So durfte beim Mittagessen im **Bratwurst-Häusle** diese Nürnberger Spezialität natürlich nicht fehlen. Es schloss sich ein kurzer Spaziergang zum Weißen Turm an. Hier startete unsere 40-minütige **Stadtrundfahrt im „Bimmelbähnchen“**. Auch wenn viele von uns

Nürnberg bereits kennen, erfuhren wir doch bei dieser interessanten Exkursion eine Menge neues über die Frankenmetropole. Kaffee und Kuchen im **Traditionscafé Konditorei Beer** rundeten diesen harmonischen und wunderschönen Tag ab, bevor es mit der Bahn wieder zurückging. Vielen Dank an Heinz Schneider, der alles sehr gut organisiert hat.



Oktober:

Anfang Oktober fand unsere **Nachmittags-Wanderung** am Nagelberg statt. 17 Wanderer trafen sich, um den sechs Kilometer langen, neu gestalteten Rundwanderweg „**Natur-Erlebnis-Pfad**“ zu begehen. Strahlender Sonnenschein war uns beschert. Wir folgten „einem schlauen, orangefarbenen Fuchs“, der auf Infotafeln entlang der landschaftlich reizvollen Strecke vieles zu dieser beeindruckenden Natur- und Kulturlandschaft erklärt. Kaffee und Kuchen in Anjas Museumscafé in Treuchtlingen rundete diesen schönen Herbsttag kulinarisch ab.



Ein großer Erfolg war am 23. Oktober unser **Fachvortrag „Retterspitz-Wickel“** im Gasthaus „**Goldener Adler**“ (Foto unten). Rund 70 Interessierte – darunter auch viele Gäste – lauschten der Referentin Annette Hofmann von der Firma Retterspitz, die in ihrem 90-minütigen, kurzweiligen Referat typische Wickelanwendungen und deren Wirkungsweisen, Indikationen und Zubehör vorstellte. Für jeden Besucher hatte sie zudem ein kleines Infopaket samt einer Warenprobe dabei. Der Eintritt war frei, aber unser Spenden-Sparschwein wurde gut gefüttert. Danke dafür!



Das bieten wir Ihnen in den Monaten November und Dezember an:

November:

Di., 04.11.2025
14.30 Uhr

Kaffee- und Spiele-Nachmittag

Im Rheumaliga-Turm, Am Schrecker, Weißenburg
Mitglieder des Kneipp-Vereins zahlen 3 Euro. Kuchen/Gebäck bitte selbst mitbringen. Für kostengünstige Getränke (Kaffee/Tee etc.) ist gesorgt.

Sa., 08.11.2025
14.00 Uhr
14.30 Uhr

Jahreshauptversammlung 2025

Einlass
Beginn
Im **Gasthaus Casino**, Nürnberger Straße 25, Weißenburg
Unsere Mitglieder sind wie immer zu Kaffee und Kuchen eingeladen.
Tagesordnung siehe Presse 14 Tage vorher.
Die Anpassung unserer Mitgliedsbeiträge wird beantragt.

Dezember:

Di., 02.12.2025
14.30 Uhr
Kaffee- und Spiele-Nachmittag im Advent
Im Rheumaliga-Turm, Am Schrecker, Weißenburg
Mitglieder des Kneipp-Vereins zahlen 3 Euro. Kuchen/Gebäck bitte selbst mitbringen. Für kostengünstige Getränke (Kaffee/Tee etc.) ist gesorgt. **Der Kneipp-Verein lädt alljährlich zu Saft und Gebäck ein.**

Vorschau auf 2026 – **Terminsache!**

Auf vielfachen Wunsch bieten wir 2026 eine **Bus-Tagesfahrt** an.

Di., 24.03.2026
07.20 Uhr
Allgäuer Käse- und Genussfahrt nach Kempten (Engeler Reisen)
Kirchweihplatz Wiesenstraße, Weißenburg
Die gemütliche Fahrt führt durch die hügelige Voralpenlandschaft des Allgäus. Wir besuchen eine **traditionelle Sennerei**, dabei können wir den Käsern über die Schulter blicken und lernen viel über die Kunst der traditionellen **Käseherstellung**. Danach findet eine Verkostung ausgewählter Käsesorten statt. Im Käseladen gibt es die leckeren Natur- und Käseprodukte wie Joghurt, Frischkäse, Butter, Molke Drinks u.v.m. zu kaufen. In der neu eröffneten Erlebnis-Gastronomie HEUgarta kann man ein leckeres Frühstück oder ein Kässpätzchen-Mittagessen genießen (Selbstzahler).
Nicht weit entfernt liegt die „heimliche Hauptstadt des Allgäus, Kempten“. In der ältesten Stadt Deutschlands können wir noch herrlich bummeln oder natürlich gemeinsam in einem der schönen Cafés verweilen (Selbstzahler).
Reisepreis: 33 Euro pro Person (Busfahrt inkl. Besuch der Käserei mit Führung), zahlbar auf das Konto des Kneipp-Vereins.
Wir haben für diese offizielle Tagesfahrt (Veranstalter Engeler Reisen) ein Kontingent von 20 Sitzplätzen reserviert.
Anmeldung bis spätestens 29. November 2025 bei Doris Eisenbrand. Telefon: 09141-81632 oder 0160-96445138.
Nach Ablauf des Optionsdatums werden die Namen an Engeler Reisen gemeldet. Sitzplätze sind im vorderen Bereich reserviert und werden nach Anmeldedatum belegt.
Eine kostenfreie Stornierung ist bis 15 Tage vor Reisetag möglich.
Beachten Sie die Reisebedingungen lt. Engeler Buskatalog.

Wir gratulieren im Monat November:

Hannelore Reuter wird 75 Jahre
Margareta Weiglein wird 90 Jahre

Wir gratulieren im Monat Dezember:

Heinz Laubinger wird 70 Jahre

Bereits mit diesem Brief möchte ich Sie über unser **neues Jahresmotto 2026** informieren:

„Fünf gewinnt – die Kraft der Kneippschen Elemente“.

Es lädt uns alle ein, diese kraftvolle Vielfalt bewusst in unser Leben zu integrieren. Oft wird Kneipp vor allem mit dem Element Wasser verbunden – den erfrischenden Güssen, dem belebenden Wassertreten und den wohltuenden Bädern. Doch die anderen vier

Elemente sind ebenso wertvoll und ergänzen sich zu einem ganzheitlichen Lebensstil, der Körper, Geist und Seele stärkt.

Empfehlen Sie uns weiter. Der Jahresbeitrag ist sehr günstig. Vielleicht ist eine Mitgliedschaft eine sinnvolle **Geschenkidee** für ihre Kinder oder Freunde. Neben der Teilnahme an all unseren Aktivitäten haben Sie folgenden Mehrwert:

- Erleben Sie das umfassende Angebot der ganzheitlichen Kneippschen Naturheilverfahren mit den fünf Elementen
- Finden Sie schnell Kontakt zu Gleichgesinnten bei Gesundheitskursen, Reisen, Ausflügen, Wanderungen, Veranstaltungen und vielem mehr
- Sie erhalten das informative Kneipp-Journal (6 Ausgaben/Jahr) gratis – auch zusätzlich als App für Smartphones und Tablets
- Als Mitglied im Kneipp-Verein können Sie neben den Newslettern der Einrichtungen des Kneipp-Bundes auch den exklusiven Newsletter „Kneipp-Gesundheitsvisite“ mit Gesundheitstipps zu wechselnden Themengebieten abonnieren
- Außerdem stehen Ihnen der digitale Gesundheitsratgeber www.kneippvisite.de und die App „Kneipp-Anlagen“ zur Verfügung, in der auch unsere vorgestellt wird.

Folgende Vergünstigungen und Rabatte stehen Ihnen als Mitglied zu:

- Bei Aus-, Fort- und Weiterbildungskursen der Sebastian-Kneipp-Akademie
- 10% Rabatt beim Einkauf im Shop des Kneipp-Verlags unter shop.kneippverlag.de (ausgenommen Bücher und Smoveys)
- 10% Rabatt beim Kauf von leguano-Barfußschuhen (gültig nur in leguano-Barfußläden und gegen Vorlage des Mitgliedsausweises)
- 10% Rabatt beim Einkauf (telefonisch & Online-Shop) in MyReformhaus (www.myreformhaus.de) gegen Vorlage des Mitgliedsausweises bzw. Nennung der Mitgliedsnummer
- 10% Rabatt beim Einkauf in einem Kneipp-Shop der Kneipp GmbH auf das gesamte, reguläre Sortiment (keine Sonderangebote) gegen Vorlage des Mitgliedsausweises in Kombination mit einem gültigen Lichtbildausweis. Einlösbar ist dieser Vorteil in allen Shops (auch Outlets) in Deutschland, Österreich und Italien (nicht im Online-Shop)

Eine Mitgliedschaft im Kneipp-Verein – für ein Leben im Einklang mit sich selbst, den anderen und der Natur!

Es freut uns besonders, Ihnen als Anlage unser (vorläufiges) Halbjahresprogramm für Januar bis Juni 2026 vorstellen zu können. Änderungen und Ergänzungen erfahren Sie in den nächsten Monatsbriefen.

Bleiben Sie aktiv und gesund.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit sowie einen frohen Jahreswechsel.

Kneipp vereint

Ihre

Ihre Doris Eisenbrand

Kneipp-Verein Weißenburg e.V. * Eichstätter Straße 58 * 91781 Weißenburg * 09141/81632
kneippverein@eisenbrand-events.de, www.kneippverein-weissenburg.de

Vereinsregister bei Amtsgericht Ansbach 1. Vorsitzende Doris Eisenbrand
Bankverbindung Sparkasse Mittelfranken Süd
IBAN DE 44 7645 0000 0000 030589, BIC BYLADEMIRS