

Die Bad Kötztlinger Kneipp- und Gesundheitswoche

mit Festival im Kurpark

Eintritt frei!

Gesundheitswoche

www.kneippfestival.de

8.- 15. September 2013

Bad Kötztlinger Kneipp- und Gesundheitsfestival (Sonntag, den 8. September 2013)

10.00 Uhr	Festivalrundgang durch die Vorsitzenden Carolin Costa und Carola Höcherl-Neubauer sowie Bürgermeister Wolfgang Ludwig.	Veranstaltungstipp im Vorfeld! Summa rum am 06.09.2013: Musik in der Innenstadt von Bad Kötzing ab 18.00 Uhr
10.00 - 17.00 Uhr	Musikalische Unterhaltung mit dem Musik Duo „Zwoa sama“ dazwischen auf der Aktionsbühne: 12.40 Uhr - Life Kinetik, Mentaltraining mit activity-sports 13.00 Uhr - BOKWA® - der neueste Trend aus den USA mit dem Reha-Zentrum Uschi Martin 13.20 Uhr - Aroha mit der Volkshochschule im Landkreis Cham	
	14.00 Uhr - X-Walker - Nordic-Walking ohne Stöcke mit der Praxis „Die Hausärzte“ 14.20 Uhr - Kinderballett mit der Volkshochschule im Landkreis Cham	
	15.10 Uhr - Life Kinetik, Mentaltraining mit activity-sports 15.30 Uhr - TCM + Prävention mit der TCM-Klinik Bad Kötzing	
	16.15 Uhr - Bauchtanz mit der Volkshochschule im Landkreis Cham 16.30 Uhr - Musik mit der LIAM-Musikschule	
13.00 - 17.00 Uhr	Unterhaltung mit dem Drehorgelspieler Franz Rackl ganztags Kulinarische Spezialitäten vom Kurpark-Cafe	

Ausstellerübersicht siehe Rückseite



Aktivprogramm während der Gesundheitswoche

Mo, 09.09.2013	Programm:	Anmerkungen/Sonstiges:
----------------	-----------	------------------------

9.30 bis 10.30 Uhr	Nordic-Walking für Senioren und Anfänger mit Bettina Pritzl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. / Treffpunkt: Parkplatz Kurpark/Fußballstadion. Bitte Stöcke und Sportschuhe mitbringen	- Die Teilnahme ist kostenfrei
16.00 bis 17.00 Uhr	Wassertreten u. Armbad unter Anleitung im Kurpark	- Die Teilnahme ist kostenfrei
18.00 bis 20.30 Uhr	Life-Kinetik-Erlebnispräsentation mit anschließender Probe-Trainingsstunde im Kurpark-Pavillon. Leitung: Ivo Haag, activity sports	- Die Teilnahme ist kostenfrei
19.00 Uhr	„Pezzi-Gaudi“ , Trommeln, Tanz und Gymnastik mit dem Gymnastikball. Zum Abschluss eine Kneippanwendung mit Bettina Pritzl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. / Örtlichkeit: Sportraum Capio-Pflegezentrum. Getränk und kleines Handtuch mitbringen	- Anmeldung unter Tel. 09941/602150 - Die Teilnahme ist kostenfrei
19.30 Uhr	Gesund leben in der Präventionsregion Bad Kötzing - Das Bad Kötztlinger Lebensstilprogramm . Vortrag mit Prof. Dr. Erich Würh vom Gesundheitscampus Bad Kötzing der Technischen Hochschule Deggendorf. Örtlichkeit: Haus des Gastes	- Die Teilnahme ist kostenfrei

Di, 10.09.2013	Programm:	Anmerkungen/Sonstiges:
----------------	-----------	------------------------

10.00 bis 11.00 Uhr	X-Walking Kurs (Nordic-Walking ohne Stöcke) mit der Praxis „Die Hausärzte“. Treffpunkt: Kurparkpavillon	- Die Teilnahme ist kostenfrei
14.00 Uhr	Heute wird der Apfelsaft mal selbst gemacht . Iss täglich einen Apfel und du bleibst gesund heißt ein altes Sprichwort. Ihr erhaltet viele Infos rund um den Apfel, deshalb bringt eure eigenen Äpfel mit, presst diese und füllt euren eigenen Saft in mitgebrachte Flaschen ab. Örtlichkeit beim Kurpark-Pavillon. Veranstalter: OGV Bad Kötzing	- Veranstaltung für Kinder - Anmeldung unter Tel. 09941/602150
16.00 Uhr	Ich bin doch kein Esel . Spaziergang mit Eseln durch das Tal des Weißen Regens von 16.00 - 17.30 Uhr. Treffpunkt: Eselranch in Zittenhof. Mitfahrgelegenheit ab Matthäuskirche um 15.45 Uhr	- Veranstaltung für Kinder
16.00 Uhr	Entspannungsreise für Kinder in der Tamu-Oase, Wölkersdorf 15	- Anmeldung unter Tel. 09941/906217
16.00 bis 17.00 Uhr	Wassertreten u. Armbad unter Anleitung im Kurpark	- Die Teilnahme ist kostenfrei
17.00 Uhr	Qi-Gong zum Kennenlernen im Kurpark. Anschließend eine Tasse grüner Tee!	- Unkostenbeitrag 3,00 €
18.00 bis 19.00 Uhr	Gymnastik mit dem Balance-Pad . Zum Abschluss eine Kneippanwendung mit Bettina Pritzl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. / Örtlichkeit: Sportraum Capio-Pflegezentrum. Getränk und kleines Handtuch mitbringen	- Die Teilnahme ist kostenfrei. - Anmeldung unter Tel. 09941/602150
19.00 Uhr	Wie verhindere ich Burnout . Vortrag mit dem Dipl.-Psych. Martin Simmel. Örtlichkeit: Sportofit, Bgm.-Seidl-Platz 1	- Die Teilnahme ist kostenfrei
19.30 Uhr	Kristallklangschalenmeditation mit Einklang Kappenberger im Sportraum des Capio Pflegezentrum	- Anmeldung unter Tel. 09941/602150 - Die Teilnahme ist kostenfrei

Mi, 11.09.2013	Programm:	Anmerkungen/Sonstiges:
----------------	-----------	------------------------

10.00 Uhr	Wassergymnastik mit Bettina Pritzl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. Örtlichkeit: Hallenbad Capio-Pflegezentrum. Badekleidung und Badeschuhe mitbringen	- Anmeldung unter Tel. 09941/602150 - Die Teilnahme ist kostenfrei
15.00 Uhr	Beeren, Früchte, Tee, Schnäpse und Tinkturen . Kräuterführung mit der Kräuterpädagogin Gisela Höpfl. Treffpunkt im Kurpark	- Unkostenbeitrag 3,00 € - Anmeldung unter Tel. 09941/602150
15.45 bis 16.30 Uhr	Wassergymnastik mit Martin Gierl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. Örtlichkeit: Hallenbad Capio-Pflegezentrum. Badekleidung und Badeschuhe mitbringen	- Anmeldung unter Tel. 09941/602150 - Die Teilnahme ist kostenfrei
16.00 bis 17.00 Uhr	Wassertreten u. Armbad unter Anleitung im Kurpark	- Die Teilnahme ist kostenfrei
16.30 Uhr	Trockengymnastik der Rheuma-Liga AG Bad Kötzing/Cham im Sportofit	- Die Teilnahme ist kostenfrei
17.00 Uhr	Seniorengymnastik „Mobil und beweglich bleiben“ . Zum Abschluss eine Kneippanwendung mit Bettina Pritzl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. Örtlichkeit: Sportraum Capio-Pflegezentrum. Getränk und kleines Handtuch mitbringen	- Anmeldung unter Tel. 09941/602150 - Die Teilnahme ist kostenfrei
18.00 bis 20.30 Uhr	Life-Kinetik-Erlebnispräsentation mit anschließender Probe-Trainingsstunde im Kurpark-Pavillon. Leitung: Ivo Haag, activity sports	- Die Teilnahme ist kostenfrei
19.30 Uhr	Katechese-Gebet in der St. Anna-Kapelle	
20.00 Uhr	Betriebliches Gesundheitsmanagement mit dem Bad Kötztlinger Lebensstilprogramm . Vortrag mit Prof. Dr. Erich Würh vom Gesundheitscampus Bad Kötzing der Technischen Hochschule Deggendorf. Örtlichkeit: Haus des Gastes	- Die Teilnahme ist kostenfrei

Do, 12.09.2013	Programm:	Anmerkungen/Sonstiges:
----------------	-----------	------------------------

8.00 bis 18.00 Uhr	Beratungstag „Schlüssler Salze“ mit der Heilpraktikerin und Apothekerin Corinna Stoiber in der Sonnenapotheke, Marktstr. 11	- Die Teilnahme ist kostenfrei
9.00 bis 16.00 Uhr	Informationsangebot über die Möglichkeiten der Organ- und Gewebespende in der AOK-Geschäftsstelle Bad Kötzing, Zeltendorfer Weg 6	- Die Teilnahme ist kostenfrei
11.00 bis 12.00 Uhr	Gesundheit aus dem Wasserschlach im Kurpark	- Die Teilnahme ist kostenfrei
17.30 Uhr	Wasser - eine Urkraft des Lebens . Spaziergang durch den Kurpark mit besinnlichen Stationen. Dauer bis 18.45 Uhr	- Die Teilnahme ist kostenfrei
18.00 bis 19.00 Uhr	X-Walking Kurs (Nordic-Walking ohne Stöcke) mit der Praxis „Die Hausärzte“. Treffpunkt: Kurparkpavillon	- Die Teilnahme ist kostenfrei
18.30 Uhr	Osteopathie - ganzheitliches behandeln . Vortrag mit Monika Oswald (Physiotherapeutin und Osteopathin). Örtlichkeit: Sportofit, Bgm.-Seidl-Platz 1	- Die Teilnahme ist kostenfrei
19.00 Uhr	Festgottesdienst zum 40 jährigen Jubiläum des Kneippvereins Gestaltung Kneippverein Bad Kötzing e.V.	

Fr, 13.09.2013	Programm:	Anmerkungen/Sonstiges:
----------------	-----------	------------------------

10.00 Uhr	Aquafitness mit Bettina Pritzl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. Örtlichkeit: Hallenbad Capio-Pflegezentrum. Badekleidung und Badeschuhe mitbringen	- Anmeldung unter Tel. 09941/602150 - Die Teilnahme ist kostenfrei
17.00 Uhr	Aquafitness mit Bettina Pritzl vom Kneippverein Bad Kötzing e.V. Örtlichkeit: Hallenbad Capio-Pflegezentrum. Badekleidung und Badeschuhe mitbringen	- Anmeldung unter Tel. 09941/602150 - Die Teilnahme ist kostenfrei
20.00 Uhr	Konzert mit der Original Kapelle Egerland unter der Leitung von Edi Sagert in der Jahnhalle. Kartenvorverkauf durch die Kurverwaltung Bad Kötzing	- Eintrittspreise: 29,00 € im Vorverkauf und 33,00 € an der Abendkasse

Sa, 14.09.2013	Programm:	Anmerkungen/Sonstiges:
----------------	-----------	------------------------

19.00 Uhr	40 Jahre Kneippverein Bad Kötzing Festakt in der Jahnhalle (Für geladene Gäste)	
-----------	---	--

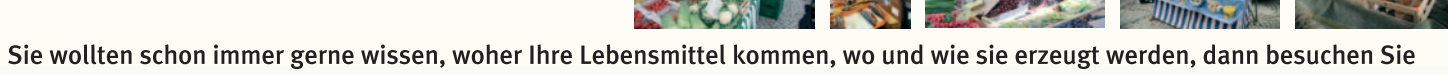
So, 15.09.2013	Programm:	Anmerkungen/Sonstiges:
----------------	-----------	------------------------

10.00 Uhr	Kurkonzert mit der Musikkapelle Bayerisch Böhmisches im Kurpark-Pavillon	- Eintritt frei!
11.00 Uhr	Da Kine vom Kaitersberg (1. Internationaler Kaitersberglauf) Ausrichter: TV Bad Kötzing	- Infos unter: www.dakinevomkaitersberg.de

Aktivitäten während der ganzen Woche

APHRODITE	Bürstenmassage mit Aloe Vera Körperpackung (Unkostenbeitrag 10,00 €); Gesichtsbildung mit Ampulle und Creme-Maske (Unkostenbeitrag 15,00 €); Montag bis Freitag zu den Praxiszeiten - vorherige Anmeldung unter Tel. 09941/2711 erforderlich!
AXA Geschäftsstelle Harald Urban	Konzeptberatung Plan 360° - Beratung über Krankenzusatz- und Pflegeversicherung (täglich in der Geschäftsstelle in der Bahnhofstraße)
Feng Shui & mehr	Montag, den 09.09.13: Aura-Fotografie (Foto + Analyse) mit Gerlinde Linz für 35,00 €; Dienstag, den 10.09.13: Dunkelfeldanalyse mit Heilpraktiker Sepp Steininger für 35,00 €; Mittwoch, den 11.09.13: Dunkelfeldanalyse (Blockaden lösen) mit Josefa Probst und Daniela Haberl 1/2 h für 18,00 €; Freitag, den 13.09.13: Heilsame Rücken- und Nackenmassage mit Josefa Probst und Daniela Haberl 1/2 h für 18,00 €; Samstag, den 14.09.13: Tibetische Energiemassage mit Josefa Probst und Daniela Haberl 45 min für 35,00 € (Alle Angebote mit Voranmeldung unter Tel. 09941/949080)
Hörgeräte Zinke	Kostenlos Hörtest; unverbindliches Probetragen von Hörsystemen (Dienstag bis Freitag von 9-13 und 14-18 Uhr)
Intersport Wanninger	Kostenlose Fußanalyse mit dem Fußscanner vom 09. - 14.09.2013
K+B E-Tech GmbH & C. KG	10 % auf Wellnessprodukte der Firma Beurer und auf alle Shiatsu Nacken-/Rückenmassage-Sitzaufgaben. Verkostung SodaStream Wassersprudler mit verschiedensten Geschmacksrichtungen
Krankengymnastik Annette Jügel	Haltungsdiagnostik - Wir prüfen kostenlos Ihren Rücken, Haltungsbefund Skolometer-Messung (besonders für Kinder und Jugendliche wichtig) - täglich nach Anmeldung unter Tel. 09941/904142
Physiotherapie Würh	Milon Gesundheitszirkel, Testwoche (Probetraining) - jeden Tag nach Terminvereinbarung
Praxis für Kneippgymnastik, Massage & Kneipp'sche Anwendungen Pledl-Inhofer	Kostenlose Güsse (stoffwechselanregend, immunstärkend, ...) und kostenlose Fuß- oder Armbäder (durchblutungsfördernd, entspannend, blutdrucksenkend, ...) von Montag bis Donnerstag von 8 bis 12 Uhr und von 15 bis 19 Uhr sowie am Freitag von 8 bis 12 Uhr in der Praxis
Schuhhaus Schödlbauer	Schuhe mit denen Sie wie auf Wolken gehen. DUX-Schuhe das Original mit tollen Angeboten in der Gesundheitswoche - ganztägig im Geschäft
Seniorenresidenz Kötzing KG	Kneipp'sche Anwendungen im Kneipp- u. Kräutergarten (Tretbecken, Armbücken), Entspannung im Snoezelenraum unter Anleitung der Ergotherapeuten (Montag bis Freitag von 10.00 bis 15.00 Uhr)
Sonnen-Apotheke	Gesundheitsmessungen: Blutzucker, Blutdruck, BMI-Bestimmung (täglich)
Sportofit	20 % auf alle Mitgliedschaften bei Neuabschluss in der Gesundheitswoche

Gesundheit und Genuss



Sie wollten schon immer wissen, woher Ihre Lebensmittel kommen, wo und wie sie erzeugt werden, dann besuchen Sie den Bauernmarkt und den Wochenmarkt von Bad Kötzing. Dort finden Sie regionaltypische Produkte - frisch, hochwertig im Geschmack, beste Qualität und (Verbraucher) nah. Dies gewährleisten die kurzen Wege und die naturnahe Produktion. Außerdem leisten Sie einen Beitrag zur Schonung unserer natürlichen Ressourcen und Stärkung unserer regionalen Wirtschaftskreisläufe. Sie tragen damit bei zur Einkommenssicherung der landwirtschaftlichen Betriebe und helfen bei der Erhaltung und Pflege unserer Kulturlandschaft.

Bauernmarkt - Dienstags von 8.00 - 12.30 Uhr:

Imkerei Bergbauer (verschiedene Honigsorten; Met und Bienenwachskerzen aus eigener Herstellung), **Bergheim Peter** (Kalte und warme Rosswürste vom Veit; Rossbane), **Josef Brandl** (Kalte und warme Lindberger Rosswürste, Rossbane), **Gärtner Brandl** (Blumen für Balkon, Garten und Grab, verschiedene Gemüsepflanzen), **Bohmann & Berlepp** (Käsespezialitäten), **Draxler - Dirscherl** (Holzenbrötchen, Kleingebäck wie Semmeln, Brezen und Vollkornweckerl; verschiedene Backwaren), **Obst und Gemüse Grad** (Frisches Obst und Gemüse in 1a Qualität; Ware von einheimischen Bauern aus der Region; auch Süßfrüchte und Exoten erhältlich), **Corinna Krämer** (Brathähnchen und Schweinshaxe n vom Holzkohलगrill), **Landgasthof Schödlbauer** (Wurstwaren & Geräucherter), **Feinkost - Ramazan Tuncer** (Mediterrane Köstlichkeiten), **Wolfgang Vogl** (Hausgemachte Marmeladen und Säfte aus eigenen Früchten; Naturfloristik) und **Fischspezialitäten Würh** (Frische Forellen, Saiblinge und Lachsforellen; auch geräuchert, gebeizt und gebacken)



Wochenmarkt - Donnerstags von 8.00 - 12.00 Uhr:

Imkerei Bergbauer (verschiedene Honigsorten; Met und Bienenwachskerzen aus eigener Herstellung), **Bergheim Peter** (Kalte und warme Rosswürste vom Veit; Rossbane), **Josef Brandl** (Kalte und warme Lindberger Rosswürste, Rossbane), **Gärtner Brandl** (Blumen für Balkon, Garten und Grab, verschiedene Gemüsepflanzen), **Bohmann & Berlepp** (Käsespezialitäten), **Draxler - Dirscherl** (Holzenbrötchen, Kleingebäck wie Semmeln, Brezen und Vollkornweckerl; verschiedene Backwaren), **Obst und Gemüse Grad** (Frisches Obst und Gemüse in 1a Qualität; Ware von einheimischen Bauern aus der Region; auch Süßfrüchte und Exoten erhältlich), **Corinna Krämer** (Brathähnchen und Schweinshaxe n vom Holzkohलगrill), **Landgasthof Schödlbauer** (Wurstwaren & Geräucherter), **Feinkost - Ramazan Tuncer** (Mediterrane Köstlichkeiten), **Wolfgang Vogl** (Hausgemachte Marmeladen und Säfte aus eigenen Früchten; Naturfloristik) und **Fischspezialitäten Würh** (Frische Forellen, Saiblinge und Lachsforellen; auch geräuchert, gebeizt und gebacken).