



## **Mainz e.V.**

Gemeinnütziger Verein für selbstverantwortliche, aktive Gesundheitsvorsorge  
Geschäftsstelle: Mittlere Bleiche 59 - 55116 Mainz - Tel. 06131/22 69 22  
Sprechzeiten: **Freitag 14.00 - 15.30 Uhr**  
E-Mail: Kneipp-Verein Mainz <rplehmann@gmx.net>  
Internet: <http://www.kneippbund-rheinland-pfalz.de/Mainz2.htm>  
Bankverbindung: Mainzer Volksbank Kto. Nr.: 36 983 013 (BLZ 551 900 00)  
(BIC-Code: MVBMDE55, IBAN: DE1655190000036983013)

## **Die neuesten Nachrichten** **Informationen – Berichte - Vorschau** **Ausgabe 1/2017 Januar – Februar – März 2017**

**Vom 16. Dez. 2016 bis einschließlich 08. Jan. 2017 bleibt die Geschäftsstelle geschlossen.**  
( Die Erreichbarkeit ist über den Anrufbeantworter mit der Geschäftsstelle gegeben)

## **Wir wünschen unseren Mitgliedern und** **den Freunden des Kneipp-Vereins** **alles Gute für 2017**

### **Einladung zur Mitgliederversammlung**

**am Samstag, dem 25. März 2017 um 15.00 Uhr**  
**in die Mundus Seniorenresidenz, Große Bleiche 44 in Mainz**

1. Jahresbericht der 1.Vorsitzenden
2. Rechnungsbericht und Bericht der Kassenprüferin
3. Aussprache zu den Berichten
4. Entlastung des Vorstandes
5. Ehrungen
6. Anträge
7. Verschiedenes

Anträge müssen bis 14 Tage vor der Versammlung dem Vorstand eingereicht werden.

\*\*\*\*\*

***"Die meisten Menschen sind so glücklich,  
wie sie es sich selbst vorgenommen haben"***

*(Abraham Lincoln)*

## Zur allgemeinen Information

### 1. Kurzer Rückblick auf die harmonische Adventsfeier in der Mundus Seniorenresidenz

Die Kneipp-Familie feierte auch im letzten Dezember wieder mit vorgetragenen Geschichten rund um Weihnachten sowie einem kurzen Jahresrückblick ihre Adventsfeier.

Die Vorsitzende, Dagmar **Lehmann**, **bedankte** sich bei den **Vorstands- und Beiratsmitgliedern, Wanderführern** und **Übungsleitern** für ihre im zurückliegenden Jahr geleistete Arbeit.

Natürlich war auch diesmal wieder eine gut sortierte Tombola durch Sach- und Geldspenden der Mitglieder vorhanden. Ein herzliches Dankeschön für Spenden aller Art.

Für das kommende **Jahr 2017** wünschte die Vorsitzende vor allem Gesundheit und hofft auf eine gute Belegung der angebotenen Kurse. Mit einer kleinen Termin-Vorausschau klang die 13. Veranstaltung in der Seniorenresidenz "Mundus" aus.

\*\*\*\*\*

### 2. 10tägige Gesundheitswoche in Bad Wörishofen

Auch in diesem Jahr führen wir wieder eine "Gesundheitswoche" in Bad Wörishofen auf vielfältigen Wunsch der Teilnehmer diesmal vom **7. bis 17. Juni 2017** durch.

Der Aufenthalt erfolgt im **Kneipp-Bund Hotel** im Kneipp-Zentrum Bad Wörishofen, das uns wieder folgendes Angebot unterbreitet hat:

*" 10 x Übernachtung mit Frühstück und Halbpension, 1 Heublumensack, 3 Kneippanwendungen, 1 Massage sowie ein attraktives Bewegungsprogramm und folgenden Kosten:*

Für Kneipp-Vereins Mitglieder: EZ o. Balkon = <b>656,00 €</b>	- Nichtmitglieder: = <b>686,00 €</b>
EZ m. Balkon = <b>716,00 €</b>	- Nichtmitglieder: = <b>746,00 €</b>
DZ o. Balkon = <b>616,00 € p.P.</b>	- Nichtmitglieder: = <b>646,00 € p.P.</b>
DZ m. Balkon = <b>666,00 € p.P.</b>	- Nichtmitglieder: = <b>696,00 € p.P.</b>

*Alle Preise verstehen sich pro Person zzgl. Kurtaxe. Bei gewünschter Alleinnutzung eines Doppelzimmers werden **10,00 € pro Nacht** berechnet."*

Die Hin- und Rückfahrt erfolgt wieder mit dem Busunternehmen "**Linder**" aus Bad Wörishofen.

Die Busfahrtkosten betragen **85,00 € pro Teilnehmer**. Die **Busfahrtkosten** bitten wir zeitgleich mit der Anmeldung Stichwort: **Bad Wörishofen 2017** auf unser Vereinskonto zu überweisen.

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung (z.B. [www.allianz-reiseversicherung.de](http://www.allianz-reiseversicherung.de))!!

**Anmeldeschluss für diese Reise ist der 28. Februar 2017.** Deshalb bitten wir bis zu diesem Zeitpunkt um Zusendung der Anmeldung an unsere Geschäftsstelle.

*bitte hier abtrennen und zusenden*

---

### Reiseanmeldung für die 10tägige Gesundheitswoche in Bad Wörishofen vom **7.-17.Juni 2017**

*Ich erkläre hiermit **verbindlich**, dass ich an der o.a. Reise zu den beschriebenen Konditionen teilnehme. Ich bitte dabei um Unterbringung in einem*

EZ m. Balkon     DZ o. Balkon     DZ m. Balkon   

*Ich erkenne an, dass meine Teilnahme eigenverantwortlich / selbstschuldnerisch erfolgt. Der Kneipp-Verein Mainz e.V. tritt bei dieser Reise nur als Vermittler auf. Eventuelle Regressansprüche sind unmittelbar an das Busunternehmen bzw. an das Hotel zu richten.*

*Die Kosten für den Bustransfer nach Bad Wörishofen und zurück nach Mainz betragen **je Person 85,00 €**.*

*Mit dieser Anmeldung werde ich den Betrag umgehend auf das Vereinskonto des Kneipp-Vereins Mainz e.V. überweisen.*

.....  
(Familienname)

.....  
(Vorname)

.....  
(PLZ, Wohnort, Straße, Hausnummer)

.....  
(Telefon- o. Handynummer)

.....  
(Geburtsdatum)

..... (Unterschrift)

**Bitte senden an: Kneipp-Verein Mainz e.V., Mittlere Bleiche 59, 55116 Mainz**



## W A N D E R N

**! Änderungen vorbehalten !**

**Treffpunkt der Wanderungen ist der Mainzer Hauptbahnhof, Haupteingang**  
**Kostenbeitrag für Gastwanderer: € 2,50**

### Seniorenwandern sonntags:

**Frau Gerlinde Tomaschewski** Tel.: 0 611 / 240 480 46 erreichbar Mo + Mi 13-15.00 Uhr  
**Frau Hildegard Gärtner** Tel.: 0 61 31 / 34 504 erreichbar Di 12-13.00 Uhr  
**Herr Manfred Scheurer** Tel.: 0611 / 462689 erreichbar Fr 16-18.00 Uhr  
**Herr Michael Hentschel** Tel.: 06131 / 4987731

01.01.17	10.00 Uhr	Linie 6	Frau Tomaschewski	Rambach "Haus Waldeslust"
08.01.17	10.04 Uhr Hbf	Linie 53	Frau Gärtner	Hotel Lerchenberg
15.01.17	10.20 Uhr Hbf	Linie 68	Frau Tomaschewski	Käsbachtal "Brauhaus Kastel"
22.01.17		<b>Keine</b>	<b>Wanderung</b>	
29.01.17	11.00 Uhr Hbf	Linie 6	Herr Scheurer	Mainz-Kostheim "Engel"
05.02.17	10.00 Uhr Hbf	Linie 6	Frau Tomaschewski	Kastel-Biebrich-Schierstein, Einkehr "Stifterappler"
12.02.17	10.04 Uhr Hbf	Linie 53	Frau Gärtner	Bretzenheim - "Olymp Zeus"
19.02.17	10.00 Uhr Hbf	Linie 64	Frau Tomaschewski	Eisenbahnbrück Gustavsburg-Kostheim "Engel"
26.02.17	10.30 Uhr Hbf	Linie 6	Herr Scheurer	Fasanerie "Neues Schützenhaus"
05.03.17	10.00 Uhr Hbf	Linie 6/4	Frau Tomaschewski	Chausseehaus "Fasanerie"
12.03.17	10.24 Uhr Hbf	Linie 50	Frau Gärtner	Budenheim "Zur guten Quelle"
19.03.17	10.00 Uhr Hbf	Linie 68	Frau Tomaschewski	Hochheim "Wiesenmühle"
26.03.17	10.10 Uhr Hbf	Linie 64	Herr Scheurer	Mainz-Gonsenheim "Wanderheim"

**und**

### Wandergruppe sonntags: Herr Hentschel erreichbar Tel.: 06131/4987731

29.01.17	10.00 Uhr Hbf	10.25 Linie 6	Höchst-Schwanheimer Ufer-LILU Freizeitgelände-Ff-Museumsufer, ca. 10 km mit Einkehr -flach, breiter Uferweg-
26.02.17	09.35 Uhr Hbf	09.57 Linie S	Kurpark-Sonnenberg-Goldsteintal-Neroberg-Nordfriedhof Ca. 12 km mit Einkehr -250 Höhenmeter, MVG-Ticket -
26.03.17	10.10 Uhr Hbf	10.37 Linie 51	Gonsbachtal-Finthen-7Weiher-Schloss Waldhshn.-Wanderheim- ca. 10 km mit Einkehr, Waldwege, MVG-Ticket

**und**

### Wandergruppe sonntags: Herr Scheurer erreichbar Fr 16 -18.00 Uhr Tel.: 0611/462689

08.01.17	09:30 Uhr	09:57 Uhr / S	Kiedrich - Walluf - ca. 11,5 km - Mit Einkehr -
15.01.17	09:50 Uhr	10:20 Uhr / Bus	Mainz – Nieder-Olm - ca. 12 km - Mit Einkehr -
22.01.17	09:30 Uhr	09:57 Uhr / S	Hofheim – Breckenheim – ca. 11 km - Mit Einkehr -
05.02.17	10:00 Uhr	10:33 Uhr / RB	Klein-Winternheim - Wackernheim – ca. 12,5 km - Mit Einkehr -
12.02.17	09:30 Uhr	09:57 Uhr / S	Auringen - Hofheim – ca. 12 km - Mit Einkehr -
19.02.17	09:30 Uhr	09:57 Uhr / S	Stephanshausen - Oestrich-Winkel – ca. 12,5 km - Mit Einkehr -
05.03.17	09:30 Uhr	09:57 Uhr / S	Niedernhausen - Oberjosbach – ca. 13 km - Mit Einkehr
19.03.17	09:00 Uhr	09:35 Uhr / Bus	Sprendlingen - Bad Kreuznach – ca. 13,5 km - Mit Einkehr

# Sportprogramm

**Aus organisatorischen Gründen bitten wir die Kursgebühr jeweils vor Beginn zu bezahlen und den Beleg der Übungsleiterin vorzulegen!** Bitte vermerken Sie auf dem Überweisungsschein die Kursnummer und ob Sie Mitglied oder Gast sind. Die Kursgebühren sind grundsätzlich in voller Höhe zu entrichten, **unabhängig von der Inanspruchnahme!**

Kurs Nr.	Kursangebote Tag/Uhrzeit	Veranstaltungsort	Leitung	Kursgebühr € Mitglied / Gast
1	<b>montags Seniorengymnastik und Entspannung auf dem Stuhl</b> 15.15 - 16.15 Uhr	<b>Wieder: Wolfgang Capito Haus, Mz, Gartenfeldstr. 16.01.-03.04.2017 (11x)</b>	Claudia Kehrein, Tel.: 0176/97914002 u. 06131-85468	<b>27,50 / 44,00</b>
2	<b>montags Gymnastik fit von Kopf bis Fuß</b> 16.30 - 17.30 Uhr	<b>Wieder: Wolfgang Capito Haus, Mz, Gartenfeldstr. 16.01.-03.04.2017 (11x)</b>	Claudia Kehrein, Tel.: 0176/97914002 u. 06131-85468	<b>27,50 / 44,00</b>
3	<b>dienstags Wirbelsäulengymnastik u. Rückenschule</b> 17.00-18.00 Uhr	Frauenlob-Gymnasium Mz, Adam-Karillon Str. <b>10.01.-28.03.2017 (11x)</b>	Hedi Merzenich Tel.: 9 08 80 87	<b>27,50 / 44,00</b>
4	<b>Neu: dienstags Yoga</b> 18.00 – 19.30 Uhr	Kneipp Verein Mittlere Bleiche 59 <b>17.01.-21.02.2017 (6x)</b>	Agnes Vinken Tel. : 0157/30739907 Tel.: 06131-226694	<b>30,00 / 48,00</b>
5	<b>donnerstags Wirbelsäulengymnastik</b> 17.00 - 18.00 Uhr	Frauenlob-Gymnasium Mz, Adam-Karillon Str. <b>- fällt aus!!!! -</b>	Kurs Dünnw. Vertr. Roth, Hildegard Tel.: 0179/4206049	
6	<b>donnerstags Gymnastik für Jedermann</b> 19.00-20.00 Uhr	Goetheschule Mainz <b>12.01.-23.02.2017 (7x)</b>	Fr. Roth, Hildegard/ Fr. Schneider, Helga Tel.: 40932	<b>17,50 / 28,00</b>

### Beitrittserklärung / Änderungsanzeige (Bitte in Druckschrift ausfüllen)

zum **Kneipp-Verein Mainz e.V.** Bitte einsenden an: Kneipp-Verein Mainz e.V., Mittlere Bleiche 59, 55116 Mainz

ab:.....

Name:.....Vorname.....geb.....Tel.-Nr.:.....

.....E-Mail:.....Ehegatte/Vorname:.....geb:.....

Straße.....PLZ/Wohnort.....

Datum, Ort und Unterschrift (Mitglied).....

Bankverbindung für die Erteilung einer Einzugsermächtigung und eines SEPA-Lastschriftmandats (Mandatsdokument):

**Ich erteile hiermit dem Kneipp-Verein Mainz e.V., Mittlere Bleiche 59, 55116 Mainz, Gläubiger-Identifikationsnummer: DE95ZZZ0000153362, Mandatsreferenz WIRD SEPARAT MITGETEILT, das SEPA-Lastschriftmandat!**

**Ich ermächtige den Kneipp-Verein Mainz e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Kneipp-Verein Mainz e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.**

..... | ..... alte Kontonummer:.....

Kreditinstitut (Name und BIC 8 oder 11 Stellen)

IBAN: D E \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ Bankleitzahl .....

Datum, Ort und Unterschrift des **Kontoinhabers (Namens- u. Adressdaten gemäß o.a. Beitrittserklärung)**

Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Basis-Lastschrift wird mich der Kneipp-Verein Mainz e.V. über den Einzug in dieser Verfahrensart unterrichten **Der Jahresbeitrag beträgt ab 2016 48,- Euro/Einzelperson bzw. 60,- Euro/Familie** und wird **jeweils zum 1. Februar eines jeden Jahres eingezogen.** Im Mitgliedsbeitrag ist der Bezug der Monatszeitschrift "Kneipp-Blätter" des Kneipp-Bundes enthalten.

+++++

Impressum: „Die neuesten Nachrichten“ erscheinen als Mitteilungsblatt des Kneipp - Verein Mainz - **Redaktion: Der Vorstand**  
**Druck: Wds Sofortdruck**, Schießgartenstraße 7, 55116 Mainz Tel.: 06131-232124-25, Telefax: 06131- 227876