






# Praxisangebote

Treffpunkt: Aurelia Gesundheitsstube

an beiden Tagen  
Samstag, den 7.9.2019  
Sonntag, den 8.9.2019

10:00		Achtsamkeitsyoga	Dauer ca. 40 Min.
10:30		Kräuterwanderung (auch bei Regen)	Dauer ca. 2 Std.
11:00		Smovey Walk zum Kneipp-Becken	Dauer ca. 1 Std.
14:00		Energieplatzführung	Dauer ca. 4 Std.
14:30		Smovey Walk zum Kneipp-Becken	Dauer ca. 1 Std.

## Unsere Partner

**Cornelia Bader** · Wildkräuterführerin  
**Michaela Berktold** · Zert. Klass. Homöopathin/Heilpraktikerin  
**Claudia Böckmann** · Musik und Bewegungspädagogin, Wickel  
**Monika Bösing** · Aktiv durch's Leben  
**Annemarie Herzog** · Buchautorin, Inhaberin Räucherhermanufaktur  
**Betten Högerle** · Gesunder Schlaf  
**Kathrin Jörg** · Drogistin  
**Dominik Köhler** · Aurelia Allgäuer Naturprodukte  
**Heike Krutsch** · HEIKES verstrickt und zuge dreht  
**Rita Mayinger** · Praxis Pädagogik Prävention Projekte  
**Rolf Müller** · Energieplatzführer  
**Kathrin Tauscher** · selbst. JUST-Beraterin  
**Gloria Thaumiller** · Basenfasten, Yogalehrerin  
**Christian Titscher** · Heilpraktiker, Osteopath, Physiotherapeut

Satz und Gestaltung: 4formedia.com · Fotos: fotografie-manschau.de



## 4. Kneipp Gesundheitstage in Oberstdorf

Gesund bliebe

am 7. und 8. September 2019



Aurelia Gesundheitsstube

Nebelhornstraße 28

87561 Oberstdorf

Tel.: 0 83 22 - 940 06 90

oberstdorf@allgaeuer-naturprodukte.de

www.allgaeuer-naturprodukte.de

Aurelia Nachbaur ist die Initiatorin der **Kneipp Gesundheitstage** in Oberstdorf. Schon früh befasste sie sich mit der Lehre Kneipps. „Mir ist es wichtig, dass wir im Allgäu diese wunderbare Lehre nicht vergessen und wieder zu unseren Wurzeln zurück kommen.“

Die Lehre von Sebastian Kneipp wird oft auf das kalte Wasser reduziert. Doch gerade die **fünf Säulen** der Kneippschen Lehre machen diese so einzigartig.

In der **Aurelia Gesundheitsstube** · Nebelhornstraße/Ecke Rechbergstraße · (Ortsbushaltestelle direkt vor Ort) und **in den teilnehmenden Geschäften** erwacht die Kneipp Gesundheitslehre. Interessante Vorträge, Bewegung, leckere Kneipp-Küche und ein buntes Rahmenprogramm mit vielen Infos erwarten Sie. Hautnah und am eigenen Leib können Sie ein ganzes Wochenende dieses Wissen erleben, viele Tipps für Ihren Alltag mitnehmen und lernen, wie man vielen Krankheiten vorbeugen kann.

Alle Vorträge und Praxis-Angebote sind **kostenfrei** – wir freuen uns jedoch über eine **Spende für das Kinderhospitz Bad Grönenbach**.

*„Die Natur ist die beste Apotheke“*

Sebastian Kneipp, 1821- 1897



# Vorträge

Wissen erleben am Samstag, den 7.9.2019

sowie am Sonntag, den 8.9.2019

		Referent	
9:30		Startschuss: Begrüßung	Dominik Köhler
10:00		Beweglichkeitskonzept Faszientraining	Praxis Titscher
11:00		Heilpflanze Hanf – entdecken Sie die Kraft des CBD	Dominik Köhler
12:00		Entgiftender Leberwickel	Claudia Böckmann
13:00		Fitness ab 60	Rita Mayinger
14:00		Schlafbeschwerden, was nun?	Evelyn Högerle
15:00		Ganzheitliches Basenfasten	Gloria Thaumiller
16:00		Was braucht mein Körper, damit der Stoffwechsel rund läuft?	Michaela Bertold
18:30		Abendmesse in der kath. Pfarrkirche Oberstdorf	

		Referent	
10:00		Beweglichkeitskonzept Faszientraining	Praxis Titscher
11:00		Ganzheitliches Basenfasten	Gloria Thaumiller
12:00		Entgiftender Leberwickel	Claudia Böckmann
13:00		Heilpflanze Hanf – entdecken Sie die Kraft des CBD	Dominik Köhler
14:00		Alpenländisches, regionales Räucherwissen als Hausmittel für Körper, Geist und Seele	Annemarie Herzog
15:00		Was braucht mein Körper, damit der Stoffwechsel rund läuft?	Michaela Bertold