

Verein Kneipp aktiv & gesund
Kneipp - Verein Aschau i. Chiemgau e.V.

Hinweise für die Kurse des Kneipp-Vereins Aschau i.Ch. e.V.

Wir freuen uns, dass Sie an unseren Kursen teilnehmen. Nachfolgend finden Sie Informationen für den Einstieg.

!!! Leider können Kurse gelegentlich auch kurzfristig ausfallen !!!

Informieren Sie sich jeweils vor den Veranstaltungen auf www.kneippverein-aschau.de.

Veranstaltungsorte:

- **Pilates, Zumba, Innere Kraft & Balance, Rücken-Fit, Kinderturnen, Eltern-Kind-Turnen**
  Turnhalle der Orthopädischen Kinderklinik, Bernauer Straße 18, 83229 Aschau: Zugang über den Haupteingang. Über die Treppe erreichen Sie die Turnhalle im 1. Obergeschoss. Es gibt Umkleiden. In der Turnhalle sind Gymnastikmatten in begrenzter Anzahl vorhanden.
- **Hatha-Yoga und Feldenkrais**
  Priental-Halle, 1. OG, Schützenstr. 16, 83229 Aschau:
  Es sind keine Gymnastikmatten vorhanden!

Wir empfehlen für die Kurse mitzubringen:

Pilates Rücken Fit Innere Kraft & Balance	Eigene Gymnastikmatte (falls vorhanden), Sportbekleidung, evtl. kleines Handtuch. **Falls keine eigene Gymnastikmatte mitgebracht wird, ein Handtuch als Unterlage.**
Zumba	Sportbekleidung, feste Turnschuhe und ein Getränk.
Kinderturnen	Sportkleidung, Turnschuhe/ Stoppersocken, Trinkflasche
Eltern-Kind-Turnen	Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen: Sportkleidung, Turnschuhe/ Stoppersocken, Trinkflasche
Hatha-Yoga, Feldenkrais	ACHTUNG: Der Kurs findet in der Priental-Halle statt! **Gymnastikmatte**, bequeme Kleidung, Decke, kleines Kissen und Getränk

Viel Spaß!