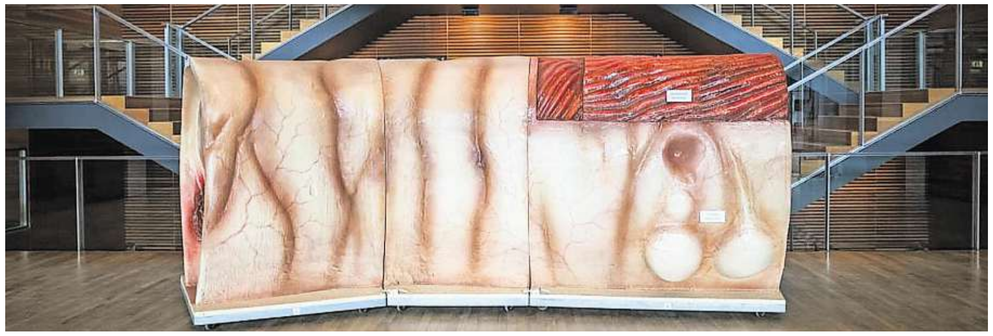
Bad Kötztinger Kneipp- und Gesundheitswoche

Anzeige | Von 9. bis 16. September gibt es in Bad Kötzting viele Informationen für einen gesunden Lebensstil



Der begehbare Darm wird im Kurpark aufgebaut. Foto: Heindl

Die Prävention ist sehr wichtig

Die ganze Woche über wird zu Vorträgen und Mitmachaktionen eingeladen.

fi. Nach dem großen Festivalsonntag werden bis einschließlich Sonntag, 16. September diverse Vorträge und Kurse zum Thema „Gesundheit und Prävention" angeboten.

Aufgrund des umfangreichen Programms können an dieser Stelle nur einige „Rosinen" herausgepickt werden. So gibt es am Montag, 10. September von 14 bis 16 Uhr unter dem Motto „Fit für den Schulalltag für Eltern und Kinder" im Sinocur praktische Übungen vom Kneipp-Verein Bad Kötzting. Die Rheuma-Liga lädt um 15 Uhr zur Wassergymnastik in die Aquacur-Badewelt ein.

Das Gesundheitsbotschafter-Netzwerk stellt sich von 15 bis 17 Uhr im Foyer (zweiter Stock) des Sinocur-Präventionszentrums vor. Die Behandlungsmöglichkeiten bei Gefäßerkrankungen zeigt Chefarzt Dr. med. Ilja Alexeenko aus Viechtach um 19 Uhr im Seminarraum des Sinocur auf.

Am Dienstag, 11. September geht es um 8.30 Uhr mit einer geführten Wanderung zum Rachel mit Wanderführer Heinz Achatz los. Treffpunkt ist beim Kur- und Gästeservice Bad Kötzting. Die Montessori Glückskinder zeigen in der Lehrküche im Sinocur, wie Teemischungen hergestellt werden. Kräuterpädagogin und Gartenbäuerin Gisela Höpfl lädt von 15 bis 16.30 Uhr in die Lehrküche zum Kräuterkochkurs ein. Kerstin Bauer von der TCM-Klinik hält um 17.15 Uhr einen Einführungsvortrag über TCM-Ernährung.

Am Mittwoch, 12. September findet von 9 bis 13.30 Uhr die Mitmachaktion „Senioren-Gesundheitstag im Wasser" in der Aquacur-Badewelt statt. Anmeldungen sind unter Telefon (0 99 41) 40 14 44 10 möglich.

Weiter geht es am Donnerstag, 13. September von 10 bis 12 Uhr mit dem Papierschöpfen und dem Kräuterveredeln sowie einer Bastelaktion für Kinder mit der Tamu-Oase im Sinocur-Präventionszentrum. Dr. Elisabeth Lerche lädt um 16 Uhr zur Kneippsprechstunde ins Sinocur. Männer ab 60 Jahren treffen sich um 18 Uhr in der Turnhalle der Realschule zur Gymnastik.

Am Freitag, 14. September bietet der TV 1863 Bad Kötzting ab 15 Uhr verschiedene Tanzstunden an. Um 18 Uhr treffen sich alle Lauffreudigen am Schulsportplatz zu einem Lauftreff.

Am Samstag, 15. September findet eine Tageswanderung rund ums Zwercheck statt. Veranstalter ist der Bayerische Waldverein.

Am Sonntag, 16. September wird von 10 bis 12 Uhr zum Kurkonzert mit den Altnußberger Musikanten in den Kurpark-Pavillon eingeladen. Um 11 Uhr startet der Wettbewerb „Da Kine vom Kaitersberg", der sechste Internationale Kaitersberglauf, veranstaltet vom TV 1863 Bad Kötzting e. V.

Die Gesundheit steht im Mittelpunkt

Großer Aktionstag am Sonntag, 9. September im Sinocur und im Kurpark

fi. Das Kneipp-Heilbad ist von 9. bis 16. September der Schauplatz des Bad Kötztinger Kneipp- und Gesundheitsfestivals. Die Veranstalter haben sich wieder ein großartiges und vor allem informatives Programm einfallen lassen.

Los geht es am Sonntag, 9. September mit dem großen Kneipp- und Gesundheitsfestival. Eröffnet wird dieses mit dem Festivalrundgang durch den Kneippvereinsvorsitzenden Professor Dr. Wühr, Carola Höcherl-Neubauer vom Verein Stadtmarketing e. V., Peter Fleckenstein von der Gesundheitsregion plus im Landkreis Cham sowie Bürgermeister Markus Hofmann.

Von 10.30 bis 11.30 Uhr spielen die Alphorn-Bläser der Blaskapelle Pfeffer und von 12 bis 14 Uhr unterhalten die Bayerwaldladies im Theatron. Die Montessori-Glückskinder und Senioren stimmen um 14.15 Uhr den Kneipp-Song an.

Sportlich wird es, wenn von 15 bis 16 Uhr der Silbermedaillengewinner bei den Paralympics Tischtennisprofi Tom Schmidberger zu einem Schauturnier und Interview im Theatron einlädt. Um 16.15 Uhr treten dort die Ballettgruppe und die Kindertanzgruppe der Volkshochsschule auf. Mit „Faszination Bauchtanz" der VHS endet um 16.30 Uhr das Programm im Theatron.

Im Kurpark selbst, aber auch im Sinocur Präventionszentrum gibt es viele Anregungen für eine gesunde Lebensweise. Im Sinocur ist so zum Beispiel die TCM-Ambulanz ganztags geöffnet und im Screeningraum wird das Sinocur-Lebensstilprogramm präsentiert. Der Kneipp-Verein Bad Kötzting e. V. lädt zu Demonstrationen in den Kneippschulungsraum ein.

So sieht das Herz von innen aus. Foto: Heindl

In der Lehrküche befasst sich der Kneipp-Verein mit Wildkräutern und im Sportraum finden verschiedene Vorführungen wie Quigong und Hatha-Yoga statt. Schreibtischgymnastik präsentiert der Kneipp-Verein um 14 Uhr im Seminarraum.

Im Hörsaal im Sinocur werden ab 11 Uhr Vorträge angeboten. Los geht es mit einem Informationsvortrag mit Inken Stenger zum Thema „Das IGM-Lebensstilprogramm Sinocur". Dr. (Univ. Florenz) Herbert Weidacher referiert um 13 Uhr über „Prävention in der Urologie". Kardiologin Dr. Martina Graßl berichtet um 14 Uhr über die Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

„Darmkrebs geht uns alle an" lautet das Thema von Chefarzt Dr. med. univ. Florian Stadler von den Sana-Kliniken im Landkreis Cham. Chefarzt Professor Dr. med. Stefan Buchner, Facharzt für Innere Medizin mit Schwerpunkt Kardiologie am Sana-Klinikum Cham, berichtet ab 15.30 Uhr über Diagnostik und Behandlung von Herzerkrankungen. Barbara Veicht lädt um 16 Uhr zum Vortrag „Gesund werden – Gesund bleiben. Entgiftung, Entsäuerung, Erneuerung der Körperzellen".

Vom Sinocur aus geht es dann weiter in den weitläufigen Kurpark. Dort warten viele Ansprechpartner in Sachen „Gesundheit". Insgesamt 49 Stände werden im Kurpark aufgebaut. Unter anderem sind die AOK – Die Gesundheitskasse, der Kneipp-Verein Bad Kötzting, die Sparkasse im Landkreis Cham, der TV von 1863 Bad Kötzting mit einem TV-Quiz (Ziehung um 16 Uhr), die Sana-Kliniken mit begehbaren Darm- und Herzmodellen und die Rheuma-Liga Bad Kötzting-Cham mit dabei, um nur einige zu nennen.

Auf interessierte Besucher wartet also ein volles Programm am Sonntag, 9. September ab 10 Uhr. Zwischendurch empfiehlt sich das Kurpark-Café zu einer gemütlichen und erholsamen Einkehr.

Für Kinder gibt es von 13 bis 16 Uhr ein gesondertes Kinderprogramm. Unter anderem laden die Montessori-Glückskinder zur Kneipp-Bastelaktion ein.

Die Alphornbläser eröffnen das Festival. Foto: Heindl

Tischtennisprofi Tom Schmidberger demonstriert sein Können. Foto: Schmidberger

Traditional Taekwon-Do Forsch
...neu in Bad Kötzting...
Besuchen Sie uns am 9.9.2018
am Stand Nummer 19
des Kneipp- und Gesundheitsfestivals
http://taekwon-do.forsch.org/

www.arberlandkliniken.de
ARBERLAND Kliniken
Gesundheit ganz nah.

Wir laden Sie ganz herzlich zu unseren Vorträgen ein:
Montag, 10.09.2018, um 19:00 Uhr
Behandlungsmöglichkeiten bei Gefäßerkrankungen
Referent: Chefarzt der Gefäß- und endovaskulären Chirurgie Dr. med. Ilja Alexeenko
im SINOCUR Präventionszentrum (Seminarraum) in Bad Kötzting
Donnerstag, 13.09.2018, um 19:30 Uhr
Koronare Herzerkrankung
Referent: Chefarzt der Kardiologie Dr. med. Ulrich Valta-Seufzer
im SINOCUR Präventionszentrum (Hörsaal) in Bad Kötzting
Leistungsspektrum der Arberlandklinik Viechtach
Allgemein- und Viszeralchirurgie • Anästhesie und Intensivmedizin • Innere Medizin: Gastroenterologie, Kardiologie und Neurologie • Gefäß- und endovaskuläre Chirurgie • Unfall- und Wiederherstellungschirurgie, Orthopädie und Sportmedizin Wirbelsäulenchirurgie • Gynäkologie • Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde
Wir wünschen allen Besuchern eine interessante und abwechslungsreiche Kneipp- und Gesundheitswoche in Bad Kötzting!

Die Bayerwaldladies spielen auf. Foto: Bayerwaldladies

spk-cham.de
Weil man die Sparkasse immer und überall erreicht. Von zu Hause, mobil und in der Filiale.
Sparkasse im Landkreis Cham

Kneippheilbad Bad Kötzting
Gesund werden. Gesund bleiben.
SINOCUR 康
IGM® Lebensstilprogramm SINOCUR®
Modellvorhaben der AOK Bayern - Die Gesundheitskasse

Die Zuckerkrankheit Diabetes und Stressfolgeschäden wie Burnout, Depression oder Angststörungen zählen weltweit zu den häufigsten Erkrankungen. Durch eine gesundheitsfördernde und krankheitsvermeidende Lebensweise können diese Zivilisationserkrankungen verhindert oder gelindert werden. Die AOK Bayern bietet Ihren Versicherten exklusiv eine kostenfreie Teilnahme am IGM Lebensstilprogramm SINOCUR in der Ambulanz der TCM-Klinik Bad Kötzting an. IGM steht für Individuelles Gesundheits-Management. Werden Sie zum Manager Ihrer Gesundheit! Verringern Sie aktiv Ihr Erkrankungsrisiko für Diabetes und Stressfolgeschäden.

TCM-KLINIK BAD KÖTZTING
AMBULANZ IM SINOCUR
Bahnhofstraße 15
93444 Bad Kötzting
Telefon: 0 99 41 / 609-350
E-Mail: ambulanz@tcm.info
Für Rückfragen und Auskünfte stehen Ihnen jederzeit Frau Berzl, Frau Heitzer oder Frau Müller gerne zur Verfügung
Mo-Fr: 8:00-19:00 Uhr, Sa: 9:00-13:00 Uhr (außer an Feiertagen)
SINOCUR 康 Das IGM® Lebensstilprogramm in der PräventionsRegion Bad Kötzting

Staatlich anerkannte Berufsfachschule für Altenpflege und Altenpflegehilfe der VHS im Lkrs. Cham
Landshuter Str. 1b • 93444 Bad Kötzting
Tel.: 09941/94150 • info@altenpflegeschule-koetzting.de
www.altenpflegeschule-koetzting.de
BFS für Altenpflege und Altenpflegehilfe Bad Kötzting
AUSBILDUNG:
Staatlich anerkannte Altenpfleger/in
Dreijährige Vollzeitausbildung:
Ausbildungsbeginn: September jeden Jahres
Letztmals Beginn 2019!
Staatlich geprüfte Pflegefachhelfer/in (Altenpflege)
Einjährige Ausbildung
Ausbildungsbeginn: September jeden Jahres
Bachelor Studium – Pflege Dual
Kombiniert Studium und Ausbildung in Kooperation mit der TH Deggendorf
Ausbildungsbeginn: September jeden Jahres
Ab 2020 Generalistische Pflegeausbildung
(mit Vertiefung Altenpflege)
vhs

Kneipp Verein Bad Kötzting e.V. • Stadtmarketing Bad Kötzting e.V. • BAD KÖTZTING • Gesundheitsregion plus Landkreis Cham • IGM Institut für Gesundheitsmanagement
mit Festival im Kurpark am 9. September
Herzlich willkommen zur Bad Kötztinger
Kneipp-und Gesundheitswoche
vom 09. - 16. September 2018
Eintritt frei!
Unterhaltung - Musik - Training
Medizin + Prävention heute - zum Erleben - Informieren - Mitmachen
Tag der offenen Tür im SINOCUR-Präventionszentrum am 9. September 2018
Wir freuen uns auf Ihren Besuch und Ihre Teilnahme!
Markus Hofmann, Erster Bürgermeister
Weitere Infos: Kur- und Gästeservice, Tel. 0 99 41 / 400 32 150
www.kneippfestival.de – www.bad-koetzting.de
SINOCUR

ERGONOMISCHE SCHLAFSYSTEME..... UND MEHR
individuell anpassbar
für Jeden geeignet
kommen Sie zum probeliegen in unsere Ausstellung
PFEFFER
MDM Pfeffer, Birkenstr. 45, 93474 Arrach, www.my-homestyle.eu
Öffnungszeiten nach Vereinbarung Tel. 09943/902348

SPIELBANK BAD KÖTZTING
Untere Au 2 | 93444 Bad Kötzting
www.spielbanken-bayern.de
Glücksspiel kann süchtig machen.
Spielteilnahme ab 21 Jahren. Informationen und Hilfe unter www.spielbanken-bayern.de

Die Pflege kommt vom BRK.

Mit Kompetenz, Herz und Verstand, getragen vom Wissen um Respekt, Würde und Selbstbestimmung, geben wir dem Leben im Alter eine neue Perspektive.
BRK-Kreisverband Cham
Ambulante Pflege
Tiergartenstraße 10
93413 Cham
Telefon 0 99 71/85 00-11
BRK-Senioren-Wohn- und Pflegeheim Bad Kötzting
Hauser Straße 4
93444 Bad Kötzting
Telefon 0 99 41/94 05-0
Bayerisches Rotes Kreuz
Pflege unter einem guten Zeichen

ANZEIGE
Pilates Pure auf dem Kneipp-Festival:
Infos zu Kursen und Einzelunterricht:
· Pilates New York Style · Yin Yoga
Zudem: 15 % auf Magnetschmuck von Energetix Bingen
Kneipp-Festival, 9.9.2018: Stand 9 (TV) & Stand 10 (Pilates Pure)
Neue Kurstermine in Bad Kötzting, Spitalplatz 4, in modernen Räumen:
Montag, 19.30 bis 20.30 Uhr, Pilates (mit Vorkenntnissen)
12 Termine: 10. 9. 18 bis 10.12.18 (je 55 Minuten, 120,– €)
Mittwoch, 9 bis 10.15 Uhr, Yin Yoga (ohne Vorkenntnisse)
11 Termine: 12. 9. 18 bis 5.12.18 (je 75 Minuten, 145,– €)
Mittwoch, 10.30 bis 11.25 Uhr, Pilates (Anfänger)
11 Termine: 12. 9. 18 bis 5. 12. 18 (je 55 Minuten, 110,– €)
Donnerstag, 18 bis 19 Uhr, Pilates (mit Vorkenntnissen)
11 Termine: 13. 9. 18 bis 6. 12. 18 (je 55 Minuten, 110,– €)
Donnerstag, 19.10 bis 20.25 Uhr, Yin Yoga (ohne Vorkenntnisse)
11 Termine: 13. 9. 18 bis 6. 12. 18 (je 75 Minuten, 145,– €)
Jetzt anmelden bei Susanne Willenbrink:
info@pilates-pure.de oder Telefon 01 75 / 40 31 440
www.pilates-pure.de | follow us on
SPORT PRO GESUNDHEIT DSSG
Präventionskurs Gesundheit. DTB
pilates pure
TV 1863 Bad Kötzting e. V.
auf dem Kneipp-Festival mit stündlichem Mitmachprogramm des Sport-Präventionsangebotes.
Neu: Bewegen statt schonen – ein Ganzkörperkräftigungstraining für jedermann.
Durch körperliche Aktivität kann jeder etwas für sein allgemeines Wohlbefinden unternehmen. Im Kurs erlernen Sie Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft, Dehn- sowie Koordinations- und Entspannungsfähigkeit.
10 Termine, je 90 Minuten, 105,– € bzw. ermäßigt 75,– €
Kursbeginn:
Di., 11. 9. 2018, 9.00 bis 10.30 Uhr
Di., 11. 9. 2018, 12.00 bis 13.30 Uhr
Mi., 12. 9. 2018, 12.00 bis 13.30 Uhr
Mi., 12. 9. 2018, 17.15 bis 18.45 Uhr
Mi., 12. 9. 2018, 20.15 bis 21.45 Uhr
Der Kurs wird von der Abteilungsleiterin Prävention des TV Bad Kötzting – Susanne Willenbrink – durchgeführt.
Die Kosten werden von den Krankenkassen erstattet, da es ein standardisiertes Kursprogramm des Deutschen Turner-Bundes und des Bayerischen Turnverbandes ist. Für Vereinsmitglieder des TV Bad Kötzting sogar zu 100 %.
Im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements zur Gesunderhaltung der Arbeitnehmer können zudem Arbeitgeber diesen Kurs über die gesetzlich festgeschrieben 500 € pro Jahr und Mitarbeiter für Angebote der Gesunderhaltung steuerlich absetzen. Fragen Sie Ihren Arbeitgeber.