

Kneipp-Geschäftsstelle Wettiner Platz 10, 01067 Dresden

## Monatsprogramm Mai 2025

### Unser Kneipp-Verein hat einen neuen Vorstand!

In der Mitglieder-Vollversammlung am 11.04.2025 wurde der Vereinsvorstand gewählt:



**Vorsitzender: Ulrich Simon**

**Stellvertreterin: Renate Martinek**

**Schatzmeisterin: Birgit Ullmann**

Herzlichen Dank für Ihre Wahlentscheidung und das Vertrauen in uns.

# Kursangebote im Mai:

## Gesellige Tänze aus aller Welt

Freitag: 10:00 - 11:30 Uhr, Sportraum 2, Jahnstraße 5a  
Kursleiterin: Susanna Wadehn / Heidi Kemper

## Haltung + Bewegung durch Ganzkörpertraining

Mittwoch: 18:00 - 19:00 Uhr, 49. GS/TH Bernhardstr. 80 **(kein Rehasport)**  
Kursleiterin: Irene Militzer

## Yoga– neuer Kurs ab 20.05. – 22.07.25

Dienstag: 17:30 – 19:00 Uhr und 19:30 – 21:00 Uhr  
Sportraum 1, Wettiner Platz 10 a  
Kursleiterin: Olga Schlett

## Kegeln mit dem Kneipp – Verein

**Termin:** Donnerstag, 08.05. + 22.05.2025 von 13:00 – 17:00 Uhr  
**Ort:** Kegelsportverein Dresden -Tolkewitz, Tolkewitzer Str. 61  
**Leitung:** Dieter Fuchs, Anmeldung möglich unter Tel. 0351 4126667

## Volksliedersingen – mit Volkmar Stephani und Hartmuth Nötzold

**Termin/Zeit:** Mittwoch, 14.05. + 28.05.2025 von 17:00 – 19:00 Uhr  
**Ort:** Begegnungsstätte der Volkssolidarität „Am Nürnberger Ei“,  
Nürnberger Straße 45, 01187 Dresden

**Neu :** **Parksingens, Mittwoch am 21.5.2025** von 16:00 -17:00 Uhr

**Nur bei schönem Wetter** singen wir auch im Park des Schlosses Albrechtsberg auf der Langterrasse zwischen Lingnerschloss u. Schloss Albrechtsberg

Bitte eine wärmeisolierende Sitzunterlage mitbringen.

**Nachfrage:** V. Stephani, Tel.: 0351 8494008 oder H. Nötzold Tel.:0351 4715205  
Bitte ohne Erkältungs- / Krankheitssymptome kommen

## Wanderungen

Wir freuen uns, dass wir unsere Wanderleiterzunft wieder verstärken konnten. Unser neuer Wanderleiter Karsten Gliche war bei unserem Wanderleitertreffen im April zum ersten Mal mit dabei und hat auch gleich eine interessante Wanderung für Mai 2025 mitgebracht. Er will mit euch im Müglitztal bei Weesenstein unterwegs sein. Also nutzt die Chance, Karsten Gliche kennenzulernen und schafft für ihn damit einen guten Start als Wanderleiter bei Kneipp.

Das günstigste Ticket für unsere Wanderungen ist das Deutschlandticket (58,00 €). Ggf. ist ein Ticketservice möglich. Bei allen Wanderungen kann es witterungsbedingt zu Routenänderungen kommen. Bei Fragen rufen Sie bitte die Wanderleitung an.

**Di. 06.05.      *Von der Schweizermühle zu den schönsten Säulen im Bielatal***

**Treff:** 7:45 Uhr, DD –Hbf. Kuppelhalle, Abf.: 7:59 Uhr, S1 bis Königstein

**Route:** Bielatal-Schweizermühle – Rosengarten – Herkulesssäulen – Grenzplatte – Ottomühle – Schweizermühle

**Sonstiges:** Ticket 3 Zonen, Rucksackverpfl., mittelschwer, 450 Hm, ca.14 km

**Wanderleiter:** Dieter Tarz, Tel.: 015221913585 oder 0351 4963229

**Do. 08.05.      *Auf ins Erzgebirge - Neuhermsdorf***

**Treff:** 7:35 Uhr DD-Hbf., Abf.: 7:45 Uhr mit L360 zum Lugstein

**Route:** Georgenfelder Hochmoor – Buchwald – Rehefeld-Zaunhaus – Alter Bahndamm – Neuhermsdorf, ca. 14 km, mittelschwer

**Sonstiges:** Rucksackverpfl., Ghs. mögl., zurück m. Bus

**Wanderleiterin:** Sylke Zänker, Tel.: 0152 37719379

**Di. 13.05.      *Über den Katzstein nach Cunnersdorf ( Kurzwanderung)***

**Treff:** 9:00 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 9:10 Uhr, S2 bis Pirna, weiter m. L 245 nach Rosenthal Abf.: 9:40 Uhr

**Route:** Winterleitenstraße – Katzenstein (474 m) – Cunnersdorf

**Sonstiges:** VVO TZ 10, 70, 72, ca. 9 km, teilweise Forststeig

**Wanderleiter:** Günter Jircik, Tel.: 0176 49100207

**Do. 15.05.      *Moor und Teiche***

**Treff:** 8:20 Uhr DD-Hbf. Anzeigetafel, Abf.: 8:35 Uhr S8 bis Kamenz, Bus L534 ab Abf.: 9:32 Uhr

**Route:** Bockwindmühle – Lilienteich – Beobachtungsstand – Gr. u. Kleiner Stockteich – versunkenes Schloss – Bad Wittichenau, ca. 15 km

**Sonstiges:** VVO Verbundraum, Rucksackverpfl.

**Wanderleiterin:** Silvina Schäfer, Tel.: 0176 97830543

**Sa. 16.05.      *Mühlen im Seifersdorfer Tal***

**Treff:** 8:45 Uhr DD-Hbf. Anzeiget., Abf.: 8:53 Uhr mit RB 60 n. Langebrück

**Route:** Langebrück – Liegau-Augustusburg – Seifersdorfer Tal – Grünberg - Hermsdorf, ca. 15 km

**Sonstiges:** Ticket: DD + 1 Zone, Rucksackverpflegung

**Wanderleiterin:** Eva-Maria Harzer Tel.: 0152 09930733 oder 0351 32322064

- Sa. 17.05.      *Wir feiern den Kneipp-Geburtstag  
im Hahnemann-Zentrum Meißen***  
**Treff:** 9:50 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 10:00 Uhr, S1 bis Meißen-Bhf.  
**Route:** Elbeweg – Heiliger Grund – Schlosspark Proschwitz – Knorreggrund  
– Klosterruine Heilig Kreuz, ca. 10 km, 150 Hm  
**Besonders:** **Vortrag um 13:00 Uhr - „Einführung in die Homöopathie“**  
und **Führung durch den Kräutergarten** im ehemaligen Kloster  
„Heilig Kreuz“, (Leipziger Straße 94, Meißen)  
**Sonstiges:** Ticket 3 Tarifzonen,  
**Wanderleiter:** Ulrich Simon, Tel.: 0157 84298640
- Mi. 21.05.      *In die Oberlausitz - von Wilthen nach Bautzen***  
**Treff:** 9:15 Uhr DD Hbf. Anzeiget., Abf.:9:23 Uhr mit TLX  
**Route:** Wilthen – Mönchwalder Berg – Dromberg – Bautzen, ca. 15 km  
**Sonstiges:** Ticket: Trilex Zug!!, Rucksackverpflegung, Ghs. mögl.  
**Wanderleiterin:** Ingrid Hoffmann, Tel.: 0351 4537651 oder 0176 32792491
- Sa. 24.05.      *Zwischen Kamenzer Hutberg und Husarenstein***  
**Treff:** 8:30 Uhr Bhf. Neustadt, Abf. 8:42 Uhr (S8) nach Kamenz  
**Route:** Kamenz Bhf. – Herrental – Hofeberg – Wüsteberg – Hutberg –  
Kamenz Bhf., ca. 18 km  
**Sonstiges:** Rucksackverpfl., Ghs. mögl.  
**Wanderleiter:** Thomas Vollstädt, Tel.: 0172 3505753
- Di. 27.05.      *Über die Höhen und durch die Hänge des Müglitztales um  
Weesenstein***  
**Treff:** 8:40 Uhr DD-Hbf. Kuppelh., Abf.: 8:59 Uhr mit S1 bis Heidenau  
weiter um 9:18 Uhr m. RB 72 bis Weesenstein  
**Route:** Weesenstein – Falkenhain – ehem. Belvedere – Meusegast –  
Burkhardswalde – Weesenstein , ca. 10 km, ca. 200 Hm, mittel  
**Sonstiges:** Ticket 3 Zonen, Rucksackverpfl., Ghs. mögl.  
**Wanderleiter:** Karsten Gliesche, Tel.: 0170 1205733
- Mi. 28.05.      *Bergwiesen in Altenberg***  
**Treff:** 8:25 Uhr Busdepot Ammonstr., Abf.: 8:30 Uhr m. Bus 360 nach  
Altenberg, (ab Hbf. 8:39 Uhr)  
**Route:** Klengelweg – NSG Am Galgenteich – Buschmühlenweg  
Waldbärenburg, ca. 12 km  
**Sonstiges:** VVO TZ Verbund  
**Wanderleiter:** Günter Jircik, Tel.: 0176 49100207

**Fr. 30.05.      *Wanderung über die Opitzer Höhe (Kurzwanderung)***  
**Treff:**            10:00 Uhr Tram-Haltestelle „Gompitzer Höhe“, weiter m. Bus L90 um  
                         10:09 Uhr nach Altfranken, Hohe Straße  
**Route:**           Kohlsdorf – Wurgwitz – Kleinopitz – Opitzer Höhe – Freital  
                         Hainsberg, ca. 10 km  
**Sonstiges:**      Rucksackverpflegung  
**Wanderleiter:** Thomas Vollstädt, Tel.: 0172 3505753

## **Kräuterexkursionen mit Astrid Papmahl**

Anmeldung erforderlich unter Mobil: +49 162 2584462, Mail: kraeuterdd@gmx.de,  
Wetterbedingte Änderung möglich.

Alle **angemeldeten Teilnehmer** werden durch die Kursleiterin informiert.

### **1. Erkundungen entlang des Kaitzbachs**

**Termin:**           Di. 06.05.2025  
**Treff:**            10:00 Uhr Haltestelle Walpurgisstraße  
**Route:**           Blüherpark – Großer Garten – Botanischer Garten  
**Inhalt:**           Wir laufen am Kaitzbach entlang durch die Parkanlagen inmitten von  
Dresden und schauen, was es entlang dieser Route an Wildkräutern und  
Gartenpflanzen zu entdecken gibt. Kleine Verkostung 2 € p.P.  
**Sonstiges:**      ca. 3 h, leichtes Gelände, Rucksackverpflegung

### **2. Exkursion in den Forstbotanischen Garten Tharandt**

**Termin:**           Mo, 26.05.2025  
**Treff:**            10:45 Uhr DD-Hbf Gleis 6 (10:52 RE3 Hof)  
**Route:**           Bhf. Tharandt – Forstbotanischer Garten / historischer Teil –  
                         Bhf. Tharandt  
**Inhalt:**           Wir erkunden die Pflanzenschau im historischen Teil des  
forstbotanischen Gartens und lernen einheimische und exotische Wildpflanzen in  
ihren Biotopen kennen.  
**Sonstiges:**      ca. 5km, leichtes Gelände, Rucksackverpflegung

## **Fahrrad –Touren**

Eine Anmeldung beim Tourenleiter wäre wünschenswert, ansonsten können sich die  
Interessenten auch am angegebenen Treffpunkt einfinden.

Ansprechpartner: Dr. Matthias Kotzsch, Tel.: 0160 97056574

E-Mail: [m.kotzsch@t-online.de](mailto:m.kotzsch@t-online.de)

## **Erkundungen im Dresdner Heidebogen zwischen Dresden und Kamenz**

**Termin:** Donnerstag, 22.05.25

**Treff:** 9:30 Uhr Dresden-Bühlau, Ullersdorfer Platz

**Route:** Bühlau – Radeberg – Wachau – Höckendorf – Reichenbach - /  
Haselbachtal – Häslich – Schönenteichen – Krabat-Radweg bis  
Neschwitz – Kamenz

**Rückfahrt:** von Kamenz mit S8 (16:32 / 17:04 / 17:32 Uhr) nach Dresden

**Gesamtstrecke:** ca. 60 - 65 km. Befestigte Wege (größtenteils asphaltiert).

**Schwierigkeitsgrad:** leicht bis mittel

**Sonstiges:** Selbstverpflegung; Einkehr möglich.

Bei vorhersehbarem Regenwetter wird der Termin verlegt, Info erfolgt an alle gemeldeten Teilnehmer durch den Tourenleiter.

## **Der Vorstand gratuliert**

im Monat Mai den Geburtstagskindern und Jubilaren recht herzlich!  
Wir wünschen viel Gesundheit, Freude und Energie im neuen Lebensjahr!

