



## KAC-Programm Juli bis Dezember 2025

für Kneipp-Aktiv-Club-Mitglieder und alle Interessierten  
in und um St. Radegund

**rade** Wir sind dabei  
**gustieren**

|                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| jeden Mittwoch bis Ende August 18.30 bis 20.00 Uhr                                                                               | <b>Tai Chi Relaxation und Sheng Zhen</b> – Outdoor-Einheiten<br>In Rinnegg (Rinneggerstr. 30, gegenüber vom GH Paar)<br>Anmeldung erforderlich: 0699/81279983 oder <a href="mailto:alida@rudlof.at">alida@rudlof.at</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Samstag, 5. Juli<br>10.30 bis 14.30 Uhr                                                                                          | <b>Veranstaltung des Kneipp-Landesverbandes: Essbare Wildkräuter und Heilpflanzen am Schöcklplateu</b> mit Botaniker Michael Flechl<br>Interaktion – Pflanzen, Gestein, Erde (Zeigerpflanzen)<br>Treffpunkt: 10.30 Uhr Bergstation. Gemeinsamer Aufstieg vom Schöcklkreuz um 9.15 Uhr (Anreise mit dem 250er-Bus möglich) oder gemütlich mit der Seilbahn bis zur Bergstation. Kostenbeitrag € 20,-- (€ 18,-- für KAC-Mitglieder)<br>Verbindliche Anmeldung bei <a href="mailto:elisabethseidler@aon.at">elisabethseidler@aon.at</a> oder 0664/1888392 |
| Mittwoch, 9. Juli<br>18.30 bis 19.30                                                                                             | <b>Entspannung am Quellenweg</b> mit Astrid Prassl<br>Wanderung mit Atemübungen und anschließend Klangreise bei der Hubertuskapelle. Start: bei der Walddusche (freiwillige Spende)<br>Infos und Anmeldung: <a href="mailto:info@dreamon.at">info@dreamon.at</a> oder 0680/3215127                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Donnerstag, 10. Juli<br>18.00 Uhr                                                                                                | <b>Stammtisch zum Thema „Die Hildegard-Kräutertinktur – Zubereitung und Anwendung“</b> mit Monika Farkas im Curcafe – Gäste herzlich willkommen!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Freitag, 11. Juli<br>14.30 Uhr<br>Treffpunkt: Eisenbergerhof<br><a href="http://www.eisenbergerhof.at">www.eisenbergerhof.at</a> | <b>„Begegnungen am Eisenbergerhof“</b> - Wir genießen den wunderbaren <b>Natur-Erlebnisweg</b> und können im Anschluss ab 16.00 Uhr beim 7. Philosophikum Weinitzen (Thema: KI – Wer bist du?) teilnehmen. Weitere Infos: Monika Farkas (0650/6283978)                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Mittwoch, 16. Juli<br>ab 18.00 Uhr                                                                                               | <b>„Kegelspaß im Seecafe“ – ein bewegter Kegelabend für Alle</b><br>im Seecafe Kumberg - Gäste herzlich willkommen!<br><b>weitere Termine:</b> 20.8., 17.9., 22.10. und 19.11.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Freitag, 1. August<br>10.00 bis ca. 12.30 Uhr                                                                                    | <b>Wanderung am „Filzkunst-Wanderweg“</b> mit Monika Farkas in Hönigtal – eine gemütliche Wanderung mit Kunstgenuss<br>Treffpunkt 10.00 Uhr: Parkplatz in Hönigtal – gegenüber Kramerwirt<br>Infos und Mitfahrgelegenheit ab St. Radegund: 0650/6283978<br>anschließend Einkehrmöglichkeit                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Mittwoch, 6. August<br>18.30 bis 19.30                                                                                           | <b>Entspannung am Quellenweg</b> mit Astrid Prassl<br>Wanderung mit Atemübungen und anschließend Klangreise bei der Hubertuskapelle. Start: bei der Walddusche (freiwillige Spende)<br>Infos und Anmeldung: <a href="mailto:info@dreamon.at">info@dreamon.at</a> oder 0680/3215127                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Mittwoch, 20. August<br>18.00 Uhr                                                                                                | <b>„Begegnungen am Eisenbergerhof“</b> –<br>Lehrreiches am LeNa-Weg mit Heilpraktiker Andreas Brieschke, Heilpraktiker aus Berlin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Donnerstag,<br>11. September, 18.00 Uhr           | <b>Stammtisch: „Medizinische Plauderstunde“</b> mit Dr. Heidrun Wegerer im Curcafe - Gäste herzlich willkommen!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Samstag, 27. September<br>11.00 bis ca. 18.30 Uhr | <b>Vogelbeer-Wanderung in St. Kathrein am Offenegg</b><br>Abfahrt 11.00 Uhr mit Fahrgemeinschaften ab Kurhaus bzw. um 12.00 Uhr Treffpunkt am Parkplatz des Kathreinerhauses.<br>Zu Beginn kurze Einkehr im „WILDen EDER“ (Eveline Wild: Konditorweltmeisterin und TV-Köchin). Anschließend leichte Wanderung entlang des Panoramaweges (4,6 km – ca. 2 Stunden). Der Sulamith-Garten, die Edalbrennerei Graf und das Restaurant Spreizhofer liegen am Ende der Rundwanderung.<br>Anmeldung: <a href="mailto:elisabethseidler@aon.at">elisabethseidler@aon.at</a> oder 0664/1888392 |
| Donnerstag, 2. Oktober<br>18.00 Uhr               | <b>Stammtisch zum Thema „Erste Hilfe und Energieausgleich durch Akupressur“</b> mit Mag. Alida Rudlof im Curcafe – Gäste herzlich willkommen!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Dienstag, 7. Oktober<br>18.30 bis 20.00 Uhr       | <b>„Finde Deine innere Balance“</b> mit Astrid Prassl – Gönn Dir eine entspannte Auszeit, um Kraft zu tanken und abzuschalten. Es erwarten dich je nach Thema abwechslungsreiche Atem- und Dehnungsübungen, Akupressurpunkte sowie Mudras und eine abschließende Klangreise. € 22,-- (€ 20,-- für KAC-Mitglieder)<br>Ort: Bewegungsraum im Kindergarten St. Radegund<br>Anmeldung: <a href="mailto:info@dreamon.at">info@dreamon.at</a> oder 0680/3215127                                                                                                                           |
| Mittwoch, 15. Oktober<br>19.00 Uhr bis 21.00 Uhr  | <b>„Neusehland“ – Gesunderhaltung der Augen und Verbesserung der Sehkraft</b> – Vortrag von Maria Schmidberger, Meister Augenoptikerin und Markus Pammer, Optiker und Seh- und Augentrainer (Kostenbeitrag: € 15,-- incl. Getränke und Abendbuffet)<br>Ort: Gemeindeamt, Sitzungssaal, 2. Stock, Hauptstraße 10<br>Anmeldung bei Monika Farkas: 0650/6283978                                                                                                                                                                                                                        |
| Dienstag, 4. November<br>18.30 bis 20.00 Uhr      | <b>„Geerdet und voller Kraft“</b> mit Astrid Prassl – Gönn Dir eine entspannte Auszeit, um Kraft zu tanken und abzuschalten. Es erwarten dich abwechslungsreiche Atem- und Dehnungsübungen, Akupressurpunkte sowie Mudras und eine abschließende Klangreise. € 22,-- (€ 20,-- für KAC-Mitglieder)<br>Ort: Bewegungsraum im Kindergarten St. Radegund<br>Anmeldung: <a href="mailto:info@dreamon.at">info@dreamon.at</a> oder 0680/3215127                                                                                                                                           |
| Freitag, 7. November<br>18.00 Uhr                 | <b>Stammtisch zum Thema „Gesundheit zum Selbermachen“</b> mit Dr. Ana Megla-Sauseng, Allgemeinmedizinerin und Ayurvedaärztin im Curcafe – Gäste herzlich willkommen!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Freitag, 12. Dezember<br>18.00 Uhr                | <b>Advent-Stammtisch mit Programmvorschau 2026</b><br>im Curcafe – Gäste herzlich willkommen!                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Dienstag, 16. Dezember<br>18.30 bis 20.00 Uhr     | <b>„Entspannung und Klangreise“</b> mit Astrid Prassl – und anschließend gemütlichen Beisammensein bei Tee und Keksen, Geschenkideen und Verlosung. € 22,-- (€ 20,-- für KAC-Mitglieder)<br>Ort: Bewegungsraum im Kindergarten St. Radegund<br>Anmeldung: <a href="mailto:info@dreamon.at">info@dreamon.at</a> oder 0680/3215127                                                                                                                                                                                                                                                    |

*„Der Weg zur Gesundheit führt durch die Küche und nicht durch die Apotheke.“ (Sebastian Kneipp)*

Die Durchführung der Veranstaltungen im Freien ist wetterabhängig!

Programmänderungen und Ergänzungen sind möglich.

Infos und Rückfragen bei: Monika Farkas (0650/6283978) [monika.farkas@myprometheus.at](mailto:monika.farkas@myprometheus.at)