

**„(R)AUSZEIT für Alle“  
Unterallgäuer  
Gesundheitswoche**



**21. – 29. Mai 2022**

Der Kneipp-Verein Ottobeuren lädt im Rahmen der Unterallgäuer Gesundheitswoche Interessierte zum mitmachen ein. Im Kneipp-Aktiv-Park treffen sich die Teilnehmer bei trockenem Wetter am Kneipp-Tretbecken. Bei Regen fallen die Veranstaltungen aus.

**Montag, 23. Mai**

**9:30-11:00 Uhr im Kneipp-Aktiv-Park**

Tanzstunde (vorwiegend Kreistänze) für jüngere und ältere Tanzfreudige unter Anleitung von Christine Burgermeister und Thea Schütz

**Montag, 23. Mai**

**17:30-18:30 Uhr im Kneipp-Aktiv-Park**

Tanzen unter freiem Himmel für 13-17-jährige mit Sophia

**Dienstag, 24. Mai**

**17.15-18.00 Uhr, Kneipp-Aktiv-Park**

Aktiv im Park: Übungen zur Mobilisation, Kräftigung und Koordination mit Franziska

**Dienstag, 24. Mai**

**18.00 – 18.45 Uhr Kneipp-Aktiv-Park**

Indian Balance & Achtsamkeit mit Andrea

Bitte Matte oder Handtuch mitbringen. Bei Fragen Whatsapp an 0151 52205014.

**Mittwoch, 25. Mai**

**09:30-10:00 Uhr im Freibad**

Wassergymnastik zum Schnuppern mit Corinna. Der Eintritt ins Freibad ist nicht inbegriffen. Info 01577/7760003

**Mittwoch 25. Mai**

**18:30-19:30 Uhr Kneipp-Aktiv-Park**

Outdoor-Gymnastik mit Brigitte

**Freitag, 27. Mai**

**9:30-10:30 Uhr im Kneipp -Aktiv-Park**

Ganzkörpertraining für Koordination und Balance mit Corinna. Bitte Matte oder Handtuch mitbringen.

**Freitag, 27. Mai**

**16-17:00 Uhr im Kneipp-Aktiv Park**

Jazz-Tanz für Kinder ab 8 Jahre mit Theresa