

Samstag • 01.10.2022

09.00 – 14.00 Uhr

Flohmarkt im Kurpark

Anmeldungen und
Standvergabe unter
Tel. 0160 5328924

9.00 – 12.00 Uhr

Geführte Pilzwanderung

Gefundene Pilze werden
besprochen und Tipps zur
Bestimmung, Zubereitung und
Hinweise zu bioaktiven Stoffen
gegeben.
Udo H. Hopp
Pilzberatungsstelle

11.00 Uhr

Auftaktveranstaltung zur

9. Feldberger Kneipp-Woche

mit dem Fanfarenzug Neustrelitz
Wassertreten, Kneippinfos,
Naturparkinfostand,
Samentauschbörse mit der
BUND-Gruppe Feldberg u.v.m.
Kurpark

Sonntag • 02.10.2022

10.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

11.00 Uhr

PILATES

Schnuppertraining

Drucklösung bei
Gelenksbeschwerden,
geschmeidige Bandscheiben,
Konzentrationsfähigkeit,
Verbesserung des
Gleichgewichts und der Motorik,
Senkung des Verletzungsrisikos,
Wirbelsäulenaufrichtung,
verbesserte Atmung,

Tiefenmuskulatur,
Mitzubringen sind 1 großes
Badetuch (zum Drauflegen) oder
Yogamatte + 1 Handtuch als
Nackenstütze.
Katrin Volkmann, Aerobic-,
Calanetics- und Pilatestrainerin
Badeanstalt

14.00 Uhr

Schnuppertour Nordic Walking

mit Kneippanwendung
Brigitta Richter, Nordic Walking-
und Kneippgesundheitstrainerin
Stöcker können geliehen
werden.
Haus des Gastes

Montag • 03.10.2022

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

11.00 Uhr

PILATES

Schnuppertraining

(siehe Sonntag)
Katrin Volkmann
Badeanstalt

17.00 Uhr

Willkommen in der Feldberger Seenlandschaft

ein unterhaltsamer Rundgang
zur Gästebegrüßung mit
Wissenswertem und Anekdoten
zu Land und Leuten...
Frank Schütze
Haus des Gastes

18.00 Uhr

Pohltherapie® – Vortrag und Demo-Behandlung

Kloß im Hals, Atemstörung,
Herzenge, Magendruck,
chronische Rücken- oder

Gelenkschmerzen, Kribbeln,
Schwäche in Armen und Beinen
... ohne Befund? Viele scheinbar
unerklärliche Beschwerden,
chronische Schmerzen und
Missempfindungen sind die
Folgen von unbewussten
Dauerverspannungen in den
Muskeln, den Faszien und im
Bindegewebe der Haut. Die
Sensomotorische Körpertherapie
nach Dr. Pohl® stellt eine
Kombination verschiedener
Behandlungstechniken bereit,
die zu einer raschen und
nachhaltigen Besserung führen
können.

Juliane Schümann, Grünow,
Diplom Psychologin, HP für
Psychotherapie, zertifizierte
Bewegungsanalytikerin,
Pohltherapeutin
Haus des Gastes

Dienstag • 04.10.2022

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

9.00 – 12.00 Uhr

Geführte Pilzwanderung

Gefundene Pilze werden
besprochen und Tipps zur
Bestimmung, Zubereitung und
Hinweise zu bioaktiven Stoffen
gegeben.
Udo H. Hopp
Pilzberatungsstelle

9.30 – 12.00 Uhr

Geführte Wanderung

„Von Hügelgrab bis Harvester“
oder „Auf den Spuren der alten
Germanen“
(mit Mindestteilnehmerzahl/
auch für Familien geeignet)
18,00 € Erw./ 8,00 € Kind

(Anmeldung bis 1 Tag vorher
erforderlich)
Britta Daedelow-Seydl
Tel. 0162-6990028
Kräuterhof Liebstockel
OT Koldenhof

18.30 Uhr

Cholesterin senken – Vortrag

Was ist Cholesterin? Was
bedeutet zu hohe Fettwerte?
Folgeerkrankungen?
Vorstellung der verschiedenen
Fette + Beispiele aus dem
Supermarkt
Wie kann ich Fett einsparen?
Fettarme Koch- und Backideen.
Ernährungsberaterin und
Diabetesassistentin Benita Kunde
Haus des Gastes

Mittwoch • 05.10.2022

7.00 Uhr

Tautreten mit der Bürgermeisterin im Kurpark

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

13.00 – 14.30 Uhr

Kneippwanderung durch den Kurwald Lichtenberg

Mit einer kurzen Einführung
in die Kneipp-Lehre erleben
Sie auf dieser leichten
Wanderung Stationen des
zauberhaft angelegten
Kurwaldes mit Wassertreten
im See, Achtsamkeitsübungen,
Klangschale und
Arm-gussbecken mitten im
Wald. Die Wanderung führt
Marlies Betker, ausgebildete

Yogalehrerin, Wellnesstrainerin
und Ayurvedamasseurin.
5,00 € p.P. für die Wanderung
12,00 € p.P. Wanderung inkl.
Kaffee und Kuchen
Anmeldung unter
Tel. 039831 2222
Seehotel Lichtenberg

11.00 Uhr

PILATES – Schnuppertraining

(siehe Sonntag)
Katrin Volkmann
Badeanstalt

17.00 Uhr

Branchentreff

„Quo vadis Gesundheits- standort Feldberger Seenlandschaft?“

Anmeldung bei
katrin@feldberg-futura.de

Donnerstag • 06.10.2022

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

10.00 – 12.00 Uhr

Kräuterworkshop „Essbare Wildpflanzen“

Wildkräuter sammeln,
bestimmen, Verwendung und
lagern, Verarbeitung zu feinen
Kräuterspeisen u. Getränken,
gemeinsames Tafeln im Grünen
(Mindestteilnehmerzahl/ auch
für Familien geeignet) 28,- € p.P.
Britta Daedelow-Seydl
Tel. 0162 699 0028
Kräuterhof Liebstockel
OT Koldenhof

14.00 Uhr

Kinderzumba mit Benita Kunde

Kurpark

18.00 Uhr

HONIG Haus- & Heilmittel

Ein interessanter Vortrag zu
Biene, Honig und Verwendung.
Die Biene ist das dritt wichtigste
Nutztier, nach Schweinen
und Rindern. Sie bestäubt
rund 80% unsere Obst- und
Gemüsepflanzen. Außerdem ist
sie ein fleißiger Honiglieferant.
Nicht nur als Süßstoff ist Honig
beliebt: Schon im alten Ägypten
war bekannt, dass Honig
Wunden reinigt.
Janine Weimann, Imkerin aus
Leidenschaft
Schokostube

Freitag • 07.10.2022

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

19.00 Uhr

Die heiße 7

Lesenacht mit Prosa, Krimi und
Wissenswertem
7 Lesungen an verschiedenen
Stationen –
siehe Programmaushang

REGELMÄSSIGE VERANSTALTUNGEN

täglich

Schnupper Reiki

Für alle die erst einmal
testen möchten wie Reiki
sich anfühlt. Erleben Sie die
harmonisierende, entspannende
und wohltuende Wirkung
einer Reiki Anwendung! Als
Entspannungsmethode fördert
REIKI die Selbstheilungskräfte
des Körpers und kann somit
Heilungsprozesse unterstützen.
Dauer ca. 30 Minuten,
Energieausgleich 20 €
Bitte vereinbaren Sie vorab
einen Termin unter
Tel. 0151 17575022
Baltica Gesundheit, Maria
Schöne
(II. Reiki Grad, ganzheitliche
Ernährungsberaterin,
Bachblüten- und
Aromaenergetikerin)
www.baltica-gesundheit.de

Montag bis Freitag

9.00 – 16.00 Uhr

Venenaktionswoche

in der Luzin-Apotheke
Anmeldung unter
Tel. 039831 20204

Montag bis Freitag

18.00 – 19.00 Uhr

oder nach tel. Absprache
**Ausstellung: „Pilze - die
heimlichen Herrscher des
Waldes“**

Pilzberatungsstelle
Fürstenberger Str. 8
17258 Feldberg
Tel. 039831 20070

