SPASS --- GESUNDHEIT --- FITNESS --- KONTAKT --- ERLEBNIS

Kneipp VEREIN Gronau e.V.

www.kneippverein-gronau.de

Wasser · Kräuter · Bewegung
Ernährung · Lebensordnung

Programm
Herbst / Winter 2026

aktiv & gesund

www.ueberwin.de

„Kneipp bietet Bewährtes und Neues“

Unser neues Programmheft lädt Sie ein, Bewährtes und Neues zu entdecken und frische Impulse für Ihr Wohlbefinden mitzunehmen.

Die Vielfalt unserer Angebote zeigt, wie lebendig und alltagstauglich die Kneipp-Philosophie heute ist. Ob Bewegung, Entspannung, Aqua-Fitness, Yoga, Qigong, Nightwalk - jede Teilnahme ist ein Schritt zu mehr Kraft, Balance und Lebensfreude.

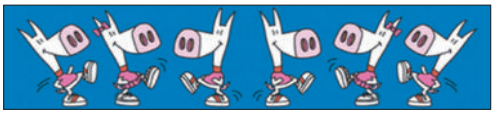
Mit unseren neuen Kursformaten eröffnen wir Ihnen zusätzliche Wege, Gesundheit aktiv und mit Freude zu gestalten. Wir möchten Sie ermutigen, neugierig zu bleiben, Neues auszuprobieren und sich selbst etwas Gutes zu tun.

Lassen Sie sich inspirieren und seien Sie herzlich eingeladen, gemeinsam mit uns einen gesunden Herbst 2026 zu gestalten.

Gewinnen Sie Freude an Bewegung. Unsere ausgebildeten und erfahrenen Übungsleiter helfen nicht nur beim schrittweisen Einstieg in unseren Kursen sondern sorgen auch für die langfristigen Wirkungen. Die jeweilige gesundheitliche Ressource des Teilnehmenden ist Maßstab für ein angepasstes Trainingsprogramm.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg in unseren Kursen und Veranstaltungen.

Herzlich willkommen und viel Spaß wünscht
Ihr Kneipp-Vorstandsteam!



Bernd Ahlers
(1. Vorsitzender)
E-mail: kneippverein-gronau-epe@gmx.de

Bei Fragen, Wünschen und Anregungen setzen Sie sich gerne mit mir in Verbindung.

Ihr Anmeldetelefon:
0 25 65 / 35 28

online:
www.kneippverein-gronau.de

Sprechzeiten per Telefon:
Montags und Dienstags:
09:00 - 12:00 Uhr

Möchten Sie uns einmal persönlich sprechen, vereinbaren Sie bitte einen Termin mit uns!

1. Abend = Schnupperabend (nur für neue TeilnehmerInnen)

Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!

Die fünf Fundamente der Kneipp Bewegung

1. Wasser

Wasser als Vermittler natürlicher Lebensreize steigert die Leistungsfähigkeit, regt die Abwehrkräfte an und verbessert das Körperbewußtsein. Vorbeugend und therapeutisch wirken die Wasseranwendungen, harmonisierend auf das Nerven- und Hormonsystem, sowie auch auf die Psyche. Wasseranwendungen nach Kneipp sind individuell und fein abstufbar. Sie können exakt auf die jeweilige Person und Situation abgestimmt werden

2. Bewegung

Körperliche Aktivität - sinnvoll und dosiert angewendet- setzt angepaßte Reize, um wichtige Funktionen unseres Körpers zu fördern und zu unterstützen. Der Bewegungsapparat, das Herz-Kreislaufsystem, Verdauungsorgane oder das Nervensystem werden durch Bewegungstherapie gleichermaßen angesprochen, wie z.B. auch die Psyche, auf die sie einen regulierenden Einfluß hat. Massage unterstützt oder begleitet als "reaktive Therapieform" - oft unentbehrlich - die Bewegung.

3. Ernährung

Gesunde Ernährung kann ernährungsbedingte Krankheiten vermeiden oder deren Verlauf günstig beeinflussen. Empfohlen wird eine vollwertige, abwechslungsreiche Ernährung mit frischen Lebensmitteln wie Gemüse, Kartoffeln, Obst, Milch- und Vollkornprodukte, die möglichst vitaminschonend und fettarm zubereitet werden sollen. Mageres Fleisch und Fisch ergänzen den Speiseplan.

4. Heilpflanzen

Die empfohlene Anwendung von Heilkräutern innerlich in Form von Tee ,oder Saft, äußerlich in Form von Salben. Ölen, Einreibungen oder Zusätzen zu Wickeln und Bädern konnten in ihrer Wirksamkeit dank neu geschaffener Nachweisverfahren objektiviert werden kann vor beugend und heilend dem Organismus helfen.

5. Lebensrhythmus

Lebensrhythmus und Gesundheitsbildung muß als wichtigster Bestandteil der Kneipp-'schen Lebens-und Heilweise angesehen werden. Sie umfaßt eine ausgewogene, natürliche Lebensführung, die der Einheit von Körper, Geist und Seele gerecht wird. Über die physischen und psychischen Belange des einzelnen Menschen hinaus ruft uns die Ordnungstherapie auch zur Hilfsbereitschaft und Nächstenliebe und zum Streben nach sozialer und ökologischer Ordnung auf.

Reha-Sport Orthopädie

Motto: Beschwerden lindern für mehr Lebensqualität
Anforderung um Reha-Sport berechtigt zu werden:

Bürger mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen können Ihren Hausarzt aufsuchen. Bei entsprechender Diagnose erhalten Sie einen roten Verordnungsschein mit dem Hinweis der Notwendigkeit Reha-Sport durchzuführen. Die Unterschrift des Hausarztes muss auf dem Beleg vorhanden sein. Der Verordnungsschein ist von den Krankenkassen zu genehmigen.

Angebote können starten mit 8 Teilnehmern.

Hat der Interessent seine Daten geprüft, wendet er sich an uns, unter der Telefon-Nummer: 0 25 65 / 35 28 oder online: www.kneippverein-gronau.de

1. Reha im Wasser

Wasser ist ein ideales Element in dem der Körper nur noch ein Zehntel des ursprünglichen Gewichtes hat und eine Reihe von Übungen leichter fallen.

Montag	Zeit:	Gruppe 1: 15:00 - 15:45 Uhr
Montag	Zeit:	Gruppe 2: 16:00 - 16:45 Uhr
Referentin:		Christa Terhörst, Reha Übungsleiterin
Ort:		Linds Wellness, Hoofdstraat 129, Overdinkel (NL)

Montag	Zeit:	Gruppe 3: 18:30 - 19:15 Uhr
Montag	Zeit:	Gruppe 4: 19:30 - 20:15 Uhr
Referentin:		Sonja Klein Reesink, Reha Übungsleiterin
Ort:		Linds Wellness, Hoofdstraat 129, Overdinkel (NL)

Dienstag	Zeit:	Gruppe 5: 17:00 - 17:45 Uhr
Dienstag	Zeit:	Gruppe 6: 18:00 - 18:45 Uhr
Referentin:		Christa Terhörst, Reha Übungsleiterin
Ort:		Linds Wellness, Hoofdstraat 129, Overdinkel (NL)

Mittwoch	Zeit:	Gruppe 7: 17:00 - 17:45 Uhr
Mittwoch	Zeit:	Gruppe 8: 18:00 - 18:45 Uhr
Referentin:		Aani Ichoua , Reha Übungsleiterin
Ort:		Linds Wellness, Hoofdstraat 129, Overdinkel (NL)

milch NRW.

Wassergymnastik bei Kneipp

Das Gesundheitssportangebot bietet den Teilnehmenden folgende Vorzüge:

- Bewegung mit wenig Körpergewicht.
  (das Wasser trägt dich)
- Sanfter Muskelaufbau durch den natürlichen Wasserwiderstand.
- Gelenke, Wirbelsäule und die Bandscheiben werden geschont.
- Beweglichkeit, Koordination wird trainiert.
- Leichtes Ausdauertraining zur positiven Beeinflussung von Herz und Kreislauf.
- Verbesserung der Körperwahrnehmung.
  (wir spüren das Wasser auf der Haut, wir machen Übungen oberhalb und unterhalb des Wassers)
- Das Immunsystem wird gestärkt.
  (die Körpertemperatur wechselt von warm nach kalt und umgekehrt)
- Krafttraining durch ständigen Wechsel von An- und Entspannung.
- Training des Gleichgewichtsinnes durch die ständige Wellenbewegung.
- Wir haben Freude und Spaß uns mit anderen Sportlern zu treffen, zu klönen und mal vom üblichen Alltag abzuschalten und lassen Stress und Sorgen zu Hause.
- Weiterhin viel Spaß wünscht ihr Kneipp Team.

Gesund bewegt im Wasser

20 Wassergymnastik

montags, **31.08.2026 - 30.11.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 104,40 € / Nichtmitglieder: 116,40 €
Zeit: Kurs 01: 17:15 - 18:15 Uhr
Referentin: Elke Pischel, Präventionsübungsleiterin

---

dienstags, **01.09.2026 - 01.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 104,40 € / Nichtmitglieder: 116,40 €
Zeit: Kurs 04: 19:00 - 20:00 Uhr
Referentin: Ramona Bork, Präventionsübungsleiterin

---

donnerstags, **03.09.2026 - 03.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 104,40 € / Nichtmitglieder: 116,40 €
Zeit: Kurs 05: 17:30 - 18:30 Uhr
Referentin: Ramona Bork, Präventionsübungsleiterin

Zeit: Kurs 06: 18:30 - 19:30 Uhr
Referentin: Sandra Faria, Übungsleiterin
Ort: Linds Wellness
Hoofdstraat 129, 7586 BN Overdinkel (NL)

LINDS
WELLNESS

Linds Wellness
Hoofdstraat 129
7586 BN Overdinkel (NL)
Tel.: 0031 (0) 53-5361341
www.lindswellness.nl

21 Aqua-Fitness*

*Aquagymnastik (allgemeines Gesundheitstraining)

montags, **31.08.2026 - 30.11.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € / Nichtmitglieder: 90,00 €
Zeit: Kurs 01: 18:00 - 19:00 Uhr
Kurs 02: 19:00 - 20:00 Uhr
Kurs 03: 20:00 - 21:00 Uhr
Referentin: Ramona Bork, Präventionsübungsleiterin

---

dienstags, **01.09.2026 - 01.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € / Nichtmitglieder: 90,00 €
Zeit: Kurs 04: 17:00 - 18:00 Uhr
Kurs 05: 18:00 - 19:00 Uhr
Referentin: Elisabeth Verst, Präventionsübungsleiterin

---

dienstags, **01.09.2026 - 01.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € / Nichtmitglieder: 90,00 €
Zeit: Kurs 06: 19:00 - 20:00 Uhr
Kurs 07: 20:00 - 21:00 Uhr
Referentin: Elke Pischel, Präventionsübungsleiterin

---

mittwochs, **02.09.2026 - 02.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € / Nichtmitglieder: 90,00 €
Zeit: Kurs 12: 18:00 - 19:00 Uhr
Zeit: Kurs 11: 19:00 - 20:00 Uhr
Zeit: Kurs 08: 20:00 - 21:00 Uhr
Referentin: Elke Pischel, Präventionsübungsleiterin

---

donnerstags, **03.09.2026 - 03.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € / Nichtmitglieder: 90,00 €
Zeit: Kurs 09: 20:00 - 21:00 Uhr
Referentin: Elisabeth Verst, Präventionsübungsleiterin

---

freitags, **04.09.2026 - 04.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € / Nichtmitglieder: 90,00 €
Zeit: Kurs 10: 18:15 - 19:15 Uhr
Referentin: Ramona Bork, Präventionsübungsleiterin
Ort: Kloster Bardel
Klosterstraße 11, Bad Bentheim

Chance

gGmbH

Eine gemeinnützige Beschäftigungsgesellschaft der Stadt Gronau

Amelandsbrückenweg 93 in 48599 Gronau

Tel.: 0 25 62 / 81 98 – 0
www.chance-gronau.de
info@chance-gronau.de

Die 5 Elemente und die Seele

Sebastian Kneipp
1821 - 1897

„Vergesst mir ja die Seele nicht!“

„Ich will euch nur aufmerksam machen, dass ihr jeder Zeit recht vernünftig lebt. Wer lang leben will, muss die erste Aufmerksamkeit seiner Seele schenken, damit diese nicht krank wird; zweitens muss er sorgen, dass der Leib, soviel als möglich und notwendig ist, im besten Zustande erhalten werde. Wenn diese erste Aufgabe gelöst ist, so sorgt für den Leib!“ (S. KNEIPP, Öffentliche Vorträge, 4.Band, S. 286)

„Untätigkeit schwächt, Übung stärkt, Überlastung schadet!“ (S. KNEIPP)

Bewegung: Opium für die Seele

Bewegung hat nicht nur auf den Körper eine außerordentlich positive Wirkung. Auch die Seele bekommt durch Sport eine dickere Haut: Beim so genannten „Runner's High“ können Gefühle wie Heiterkeit, Glück, Euphorie und Dankbarkeit ausgelöst werden.
Sport baut Stresshormone ab und vermindert den Empfang von Stress-Boten.
Wir bleiben also auch in Stress-Situationen nachhaltig ruhiger, vielleicht sogar heiter und gelassen. Um das zu erreichen, muss man keinen Marathon laufen. 30 Minuten Bewegung täglich - wenn möglich an der frischen Luft - reichen aus, um präventive Effekte zu erzielen. Auch im kurativen Bereich von seelischen Erkrankungen kann Sport Wunder bewirken: Sowohl bei Angst- und Panikattacken als auch bei leichten Depressionen ist wissenschaftlich belegt, dass täglicher Sport so hilfreich ist wie Psychopharmaka – und das völlig nebenwirkungsfrei!

22 NIGHTWALK - selbstsicher unterwegs

NEU

Gefahren erkennen, selbstbewußt handeln.

Ziel des Nightwalks ist es, Gefahren zu erkennen und selbstbewusst zu handeln. Viele Frauen kennen dieses Gefühl nur zu gut:

Der Weg über den dunklen Parkplatz. Das Parkhaus am Abend. Der Spaziergang, wenn es bereits dämmert. Dieses leise Unwohlsein, das einen begleitet obwohl man einfach nur sicher nach Hause möchte.

Genau hier setzen die Nightwalks mit unserer Cat Move Nightwalk-Begleiterin Melanie Räkers an.

In praxisnahen Trainings lernen Mädchen und Frauen, Gefahrensituationen frühzeitig zu erkennen, ihre Umgebung bewusst wahrzunehmen und durch klare Körpersprache Sicherheit auszustrahlen. Denn Selbstschutz beginnt nicht erst im Ernstfall, sondern mit Haltung, Stimme, Präsenz und innerer Stärke.

Die erfahrene Kampfsportlerin vermittelt effektive Strategien zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung. Ziel ist es, das eigene Sicherheitsgefühl nachhaltig zu stärken und Handlungskompetenz in potenziellen Gefahrensituationen zu entwickeln. Sie lernen, selbstbewusst aufzutreten, Grenzen klar zu setzen, sich nicht in die Opferrolle drängen zu lassen, Selbstvertrauen aufzubauen und die eigene innere Stärke zu aktivieren. Das sorgt für mehr Selbstsicherheit, für mehr Selbstbewusstsein und für Selbstschutz.

Freitag, **11.09.2026**
Gebühr: Kneipp-Mitglieder (Erwachsene): 9,00 €
Nichtmitglieder (Erwachsene): 12,00 €
Jugendliche 12 bis 17 Jahre: 6,00 €
Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Referent: Melanie Räkers, Cat Move Nightwalk-Begleiterin
Treffpunkt: Tourist-Info, Konrad-Adenauer-Straße, Gronau

Freitag, **16.10.2026**
Gebühr: Kneipp-Mitglieder (Erwachsene): 9,00 €
Nichtmitglieder (Erwachsene): 12,00 €
Jugendliche 12 bis 17 Jahre: 6,00 €
Zeit: 19:00 - 21:00 Uhr
Referent: Melanie Räkers, Cat Move Nightwalk-Begleiterin
Treffpunkt: Tourist-Info, Konrad-Adenauer-Straße, Gronau

Kneipp Zitat:

"Wem es gelänge, die Menschen zur Einfachheit, Natürlichkeit und vernünftigen Lebensweise zurück zuführen, der hätte das Höchste geleistet - nämlich die soziale Frage gelöst."

23 Selbstbehauptungskurs für Mädchen (12 bis 17 Jahre)

NEU

Selbstbewusst auftreten, Grenzen setzen und der eigenen Intuition vertrauen - all das kann man lernen. In diesem Kurs stärken Mädchen ihr Selbstvertrauen und entwickeln mehr Sicherheit für Schule, Freizeit und Alltag.

Durch praktische Übungen, Rollenspiele und gemeinsame Gesprächsrunden lernen die Teilnehmerinnen, ihre Körpersprache bewusst einzusetzen, Gefahrensituationen besser einzuschätzen und klar für sich einzustehen. Dabei werden aktuelle Themen wie Mobbing, Catcalling, Unsicherheit und Konflikte altersgerecht und offen besprochen. Mit einem sicheren Auftreten, einer klaren Haltung und dem Vertrauen in die eigene Wahrnehmung lassen sich viele Situationen frühzeitig entschärfen.

Ein Kurs für mehr Sicherheit, Selbstvertrauen und ein starkes Auftreten - im Alltag, in der Schule und überall dort, wo junge Frauen ihren eigenen Weg gehen.

Dienstag,	**08.09.2026 - 01.12.2026** (11 Einheiten)
Gebühr:	Jugendliche 12 bis 17 Jahre: 88,00 €
Zeit:	19:00 - 20:00 Uhr
Referentin:	Melanie Räkers, Trainerin für Selbstschutz und Selbstbehauptung
Ort:	Sporthalle 1, Laubstiege, Gronau

Kneipp Zitat:

Sebastian Kneipp
1821 - 1897

„Glücklich der Mensch, der es versteht und sich bemüht, das Notwendige, Nützliche und Heilsame mehr und mehr sich anzueignen."

Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!

Ihr Anmeldetelefon: 0 25 65 / 35 28

physio-zentrum epe

pz epe

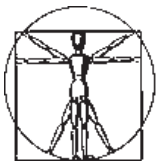
physio-zentrum epe · Krankengymnastik · Training · Prävention

Beim Bungert 8 · 48599 Gronau-Epe
Tel. (0 25 65) 9 74 24 · Fax 9 74 25

Ich bin gerne
in der Familienbildungsstätte ...

Familienbildungsstätte Gronau
Katholisches Bildungsforum

Bungert-Sport-Epe e.V.



Rehasport - Training - Ernährungsberatung
Rehasport bei neurologischen Erkrankungen
Multiple Sklerose, Apoplex und Parkinson

Ansprechpartnerin: Susanne Koschel
Termin nach Vereinbarung

Gronauer Strasse 38 · 48599 Gronau-Epe
Telefon: 01 51 / 58 75 56 46
E-Mail: bungert-sport-epe@web.de

Ernährungsberatung:
E-Mail: supi-epe@web.de

24 Rücken-Fit für Männer um die 50

In jeder Übungsstunde stehen abwechslungsreiche Übungen auf dem Programm, die positive Auswirkungen auf die Lebensqualität eines jeden Einzelnen haben. Feststellbar ist, dass Bewegung die Grundlage für einen gesunden Körper ist. Spezielle aktive und passive Dehnreize und Kräftigungsimpulse sorgen für eine körpereigene Bewegungsführung bis ins hohe Alter. Weitere Übungen stärken das Herzkreislaufsystem und mobilisieren den Bewegungsapparat.
Gymnastik- und Balanceübungen sowie Kraft, Ausdauer, Koordination und Engpassdehnung nach den Schmerzexperten Liebscher & Bracht gehören ebenfalls zum Angebot.

mittwochs, **02.09.2026 - 02.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 42,00 € / Nichtmitglieder: 54,00 €

Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr
Referent: Roland Heinelt, Präventionsübungsleiter
Ort: Martin-Luther-Turnhalle, Herzogstraße 26, Gronau

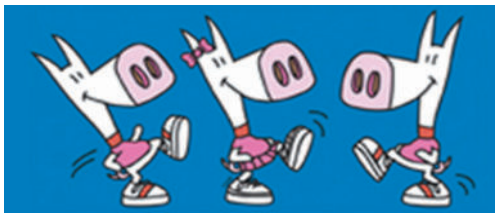
25 Engpassdehnung nach Liebscher Bracht

Warum Faszientraining? Jede Zelle unseres Körpers ist in Faszien bzw. Bindegewebe gebettet. Jeder einzelne Muskel ist wiederum mit Faszien umhüllt, sowie jede Muskelgruppe. Faszien halten unsere Organe an ihrem Platz. Wie ein dreidimensionales Spinnennetz können wir uns, vereinfacht gesagt, unser Fasziengewebe vorstellen. Bewegungseinschränkungen Schmerzen und Verspannungen können ihre Ursachen in „einrostende Faszien" haben. Durch gezielte Dehnübungen und Rollmassagen- Training werden Blockaden und Verklebungen im Bereich des Bindegewebes gelöst und es entwickelt sich insgesamt ein Wohlfühleffekt im gesamten Körper, sowie eine Steigerung der Flexibilität.

mittwochs, **02.09.2026 - 02.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 42,00 € / Nichtmitglieder: 54,00 €

Zeit: 20:00 - 21:00 Uhr
Referent: Roland Heinelt, Präventionsübungsleiter
Ort: Martin-Luther- Turnhalle, Herzogstr. 26, Gronau

1. Abend = Schnupperabend (nur für neue TeilnehmerInnen)



28 Gesund und Fit für Männer um die 60

Zu wenig Bewegung im Alltag hat für das natürliche Bedürfnis des Menschen schwerwiegende Folgen für die Beweglichkeit in der Lebensgestaltung für Körper, Seele und Geist.
Dabei hilft die körperliche Aktivität durch Sport dosiert mit angepassten Reizen wichtige Funktionen des Köpers zu fördern und zu unterstützen.
Die Muskeln nehmen mit Größe und Widerstand zu, dieses trägt zur Erhaltung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit bei. Werden die Gelenke und ihre Umgebung gefordert, fördert das die Flexibilität, Widerstandskraft und durch Gewichtsabnahme werden sie weniger belastet. Positive Wirkungen sind auch bei Knorpel und Bandscheibe feststellbar. Das Herzkreislaufsystem wird gestärkt. Dazu gibt es Dehn-, Kräftigungs- und Ansteuerungsimpulse sowie Engpassdehnung nach Liebscher& Bracht.

montags, **07.09.2026 - 07.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 42,00 € / Nichtmitglieder: 54,00 €
Zeit: 19:00 - 20:00 Uhr
Referent: Roland Heinelt, Übungsleiter
Ort: Sporthalle Buterlandschule,
Beckerhookstr. 85, Gronau

Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!

29 Qigong

Qigong ist die chinesische Schwester des Yoga – etwas sanfter, aber ebenso wirkungsvoll. Diese bewegte Meditation beruhigt den Geist, fördert die Achtsamkeit und baut Stress ab. Durch die gezielte Konzentration auf Atmung und Bewegung richtet sich die Aufmerksamkeit auf das Hier und Jetzt.

Qigong ist eine sanfte Bewegungsform, die Körper, Atmung und Geist harmonisiert. Der Kurs richtet sich an Menschen jeden Alters und jeder körperlichen Voraussetzung. Die Teilnehmenden üben fließende, ruhige Bewegungsabläufe im Stehen. Ergänzend kommen Atemtechniken zum Einsatz, die den Energiefluss unterstützen. Achtsamkeit und innere Sammlung bilden einen wichtigen Bestandteil jeder Einheit. Gelenke und Muskulatur werden durch leichte Mobilisation vorbereitet.

Die Übungen werden verständlich angeleitet nach den gesundheitlichen Möglichkeiten des Teilnehmenden und individuell angepasst. Qigong hilft, Stress abzubauen und innere Ruhe zu fördern. Gleichzeitig verbessert es Haltung, Beweglichkeit, Balance und Konzentration Der Kurs stärkt die Gesundheit ganzheitlich und unterstützt mehr Gelassenheit im Alltag.

mittwochs, **09.09.2026 - 02.12.2026** (11 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 66,00 € / Nichtmitglieder: 88,00 €
Zeit: 16:00 - 17:30 Uhr
Referentin: Elke Seesing,
Übungsleiterin für Bewegungs- und Qigongangebot
Entspannungs- und Suchtpädagogin
Ort: Lively,
An der weißen Dame 1, 48599 Gronau

30 Fit im Kopf

Den grauen Zellen mehr Farbe geben

Ein gutes Gedächtnis ist keine Frage des Alters, sondern des Trainings. In diesem Kurs erleben Sie durch gezielte Übungen, wie Sie Ihre Merkfähigkeit, Konzentration und Denkflexibilität verbessern können.
Ergänzend werden Bewegungsübungen angeboten, die nachweislich die Gehirnleistung positiv beeinflussen und somit die kognitiven Fähigkeiten stärken. Zudem erhalten Sie spannende theoreische Einblicke in die Funktionsweise des Gedächtnisses. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer*innen, die in angenehmer Atmosphäre ihre mentale Fitness erhalten oder verbessern möchten.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.
Die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.

donnerstags, 24.09.2026 - 03.12.2026 (11 Einheiten)

Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 55,00 € / Nichtmitglieder: 82,50 €
(incl. Materialien)

Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr

Referentin: Kirsten Reincke,
Ganzheitliche Gedächtnistrainerin
Mitglied im BVGT e.V.

Ort: Lively,
An der weißen Dame 1, 48599 Gronau

31 Von „Kopf bis Fuß" durchbewegt

NEU

Ziel des Angebots ist es, die natürliche Beweglichkeit zu fördern und Teilnehmende zu einem bewussten, gesunden Umgang mit ihrem Körper zu motivieren. Der Kurs verbindet sanfte Mobilisation, kräftigende Übungen und koordinative Elemente zu einem abwechslungsreichen Training. Auch Atemtechniken und kleine Entspannungssequenzen sind integriert, um Körper und Geist gleichermaßen anzusprechen. Die Übungen sind so gestaltet, dass sie für Menschen jeden Alters gut umsetzbar sind und individuell angepasst werden können.

Teilnehmende erhalten praktische Impulse, wie sie mehr Bewegung in ihren Alltag integrieren können. Der Kurs stärkt nicht nur Muskeln und Gelenke, sondern verbessert auch Haltung, Gleichgewicht und Körperwahrnehmung.

mittwochs, 09.09.2026 - 02.12.2026 (11 Einheiten)

Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 49,50 € / Nichtmitglieder: 66,00 €

Zeit: 14:45 - 15:45 Uhr

Referentin: Elke Seesing,
Übungsleiterin für Bewegungs- und Qigongangebot
Entspannungs- und Suchtpädagogin

Ort: Lively,
An der weißen Dame 1, 48599 Gronau

34 Pilates & More für einen starken Rücken

NEU

Bewegung ist ein natürliches Bedürfnis des Menschen und für das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele unverzichtbar.

In diesem Kurs erwartet Sie ein abwechslungsreiches Training, das Ihre Muskulatur kräftigt, Ihr Gleichgewicht verbessert und Ihre Beweglichkeit fördert.

Mit Pilates-Übungen stärken Sie Ihre Körpermitte, fördern eine aufrechte Haltung und unterstützen die Gesundheit Ihres Rückens. Ergänzende Elemente wie Muskelkräftigung, Stretching und verschiedene Atemtechniken runden das Programm ab. Die Pilates-Atmung unterstützt das Training. Eine wohltuende Abschlussentspannung sorgt dafür, dass Sie neue Energie tanken und sich rundum wohlfühlen. In der Gemeinschaft entstehen soziale Kontakte, Freude an Bewegung und das Erleben neuer körperlicher Möglichkeiten in Theorie und Praxis, bei dem auch der Spaß ein wichtiges Element ist.

Dienstag, **03.11.2026 - 08.12.2026** (6 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 36,00 € / Nichtmitglieder: 48,00 €
Zeit: 16:00 - 17:00 Uhr
Referentin: Marion Jacoblinnert
Ort: Lively,
An der weißen Dame 1, Gronau

Freitag, **06.11.2026 - 11.12.2026** (6 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 36,00 € / Nichtmitglieder: 48,00 €
Zeit: 15:00 - 16:00 Uhr
Referentin: Marion Jacoblinnert
Ort: Lively,
An der weißen Dame 1, Gronau

1. Abend = Schnupperabend (nur für neue TeilnehmerInnen)

Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!

Ihr Anmeldetelefon: 0 25 65 / 35 28
E-Mail: kneippverein-gronau-epe@gmx.de

35 Bewegen statt Schonen

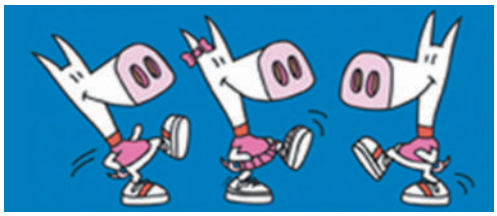
Bewegen statt Schonen ist ein Kurs, um Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination und Konzentration zu fördern und zu erhalten. Der Kurs ist ein Ganzkörperprogramm, dass viele Übungen aus dem Yoga beinhaltet und Freude an Bewegung und Fitness wecken und erhalten möchte sowie die Körperwahrnehmung fördert.
Wohltuende Bewegungen der Wirbelsäule und Gelenke, Dehn-und Streckübungen wechseln mit achtsamer Kräftigung der Muskulatur ab. Entspannungsphasen fördern das bewusste Hineinfühlen in den Körper und ermöglichen so die Fähigkeit, das eigene Potenzial und die eigenen Grenzen wahrzunehmen. Das führt dazu, dem Alltag ausgeglichener und gelassener mit Freude zu begegnen.

dienstags, **08.09.2026 - 08.12.2026** (12 Einheiten)
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 42,00 € / Nichtmitglieder: 54,00 €

Zeit: 09:00 - 10:00 Uhr
Referentin: Johanna Vöcking
Ort: Halle 1, Laubstiege, Gronau

Kneipp Zitat:

„Wenn die Menschen nur halb soviel Sorgfalt darauf verwenden würden gesund zu bleiben, als sie heute darauf verwenden um krank zu werden, die Hälfte der Krankheiten blieben ihnen erspart.



Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!

Ihr Anmeldetelefon: 0 25 65 / 35 28

36 Klangschalen

- In Kooperation mit dem Familienzentrum St. Josef im Elterncafe -

Die sanft ausgeführten Übungen bringen den ganzen Körper in Schwung straffen ihn, kräftigen die Muskeln, verbessern die Körperhaltung und vor allem das Körperbewusstsein. Die Bewegungen erfolgen langsam und fließend und bringen so den Körper in die richtige, natürliche Haltung. Sie korrigieren falsche Bewegungsabläufe. Es gibt keine abrupten isolierten Bewegungen. Das ganzheitliche Training stärkt die im Alltag so belastete Wirbelsäule, erhält unsere Beweglichkeit, strafft und formt den Körper. Die spezielle Pilates-Atmung unterstützt den Körper in seinen Reinigungsprozessen. Die Ruhephasen verbessern die Körperwahrnehmung und verhelfen dem Geist zur Ruhe. Regelmäßiges Pilates-Training sorgt für eine gute Körperhaltung, eine verbesserte Kondition, Bewegungskoordination und Anregung des Kreislaufs.

Donnerstag, 15. Oktober 2026

Zeit: 15:00 Uhr
Referentin: Petra Assing, Klangschalen Referentin
Gebühr: kostenlos
Ort: Elterncafe Kita St. Josef, An der Gräfte 7, 48599 Gronau-Epe
Anmeldung: 0 25 65 / 24 42
Mitzubingen: Warme Socken, Decke, Getränk, Kissen, oder wenn vorhanden Yogakissen

„Lernt das Wasser richtig kennen und es wird euch stets ein verlässlicher Freund sein!“ (S. KNEIPP)

Wasseranwendungen: starke „Reize“

Durch die Reize der Wasseranwendungen lernt der Körper wieder, adäquat auf Reize zu reagieren. Das Nervensystem wird stabilisiert. Dadurch stärkt sich die Widerstandsfähigkeit gegenüber Stressreizen und damit die Stresstoleranz. Man fährt einfach nicht mehr so schnell aus der Haut.

Hinzu kommt, dass das Erleben natürlicher Reize weit über das bloße Regulationsschema des Körpers hinaus geht. Im Erleben, Wahrnehmen und Spüren der Natur und des eigenen Körpers liegt die Möglichkeit der Achtsamkeit und der Selbstwahrnehmung. Dadurch können wir uns selbst und unserer Seele wieder neu begegnen.

Vor allem folgende Anwendungen führen zu einer Stressimmunisierung:

Barfußgehen, Trockenbürsten, Licht- und Luftbäder, Taulaufen, Schneegehen, Wassertreten und das kalte Armbad.

WIR SUCHEN DICH!

als Gruppenleitung für unseren REHA- bzw. Präventionssport

Mit Kneipp Menschen bewegen!

Wenn du

- einmal die Woche Zeit hast,
- gern mit Menschen arbeitest,
- bereit bist, an Fortbildungen teilzunehmen
- und optimalerweise eine ÜL-Lizenz des DOSB hast

... bist du perfekt für uns!

Wir bieten dir

- Schnuppertage, bevor du dich entscheidest,
- Honorar und Fahrkosten-erstattung
- Fortbildungen zur persön-lichen und fachlichen Weiter-entwicklung
- 50% Beteiligung an den Grundausbildungskosten

Kneipp VEREIN Gronau e.V.

Bernd Ahlers
02565 3528
kneippverein-gronau-epe@gmx.de

Bevorzugt werben wir um Übungsleiter für folgende Bereiche:

1. Aqua Fitness

2. Wir bringen Menschen in Bewegung

3. Bewegung für Hochbetagte

- für mehr Lebensqualität

4. Bewegungs- Erziehung für Kinder

52 Tanzcocktail für Frauen

Wir setzen ein Zeichen gegen den Bewegungsmangel! Bewegen mit Musik hält fit und beweglich. Packen wir es an. Tanzen in der Gruppe ohne Leistungsdruck und mit viel Freude am eigenen Tun.
Mit Erlernen von kleinen Choreographien - so werden auch die „grauen Zellen" angeregt. Aufwärmen mit Elementen aus dem effektiven, gelenkschonenden und unkomplizierten Aroha Programm.
Aufwärmen, Tanzen und zum Schluss Entspannung. Einfach einmal zum Schnuppern kommen, tanzen und Spaß haben. Die erste Schnuppereinheit ist kostenlos.

donnerstags, 03.09.2026 - 03.12.2026 (12 Einheiten)

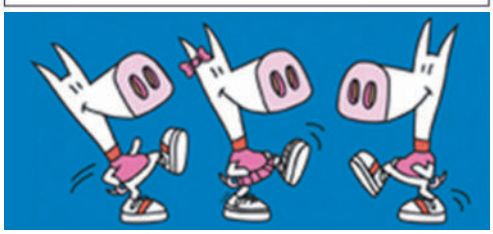
Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 42,00 € / Nichtmitglieder: 54,00 €

Zeit: 18:30 - 19:30 Uhr

Referentin: Barbara Köth-Gahlen,
Übungsleiterin für Gymnastik und Tanz

Ort: Aula des Berufskollegs,
Brändströmstr. 20, Gronau
(2. Einfahrt rechts auf Schulhof parken)

Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!



54 Yoga und Klangschalen

Übungssystem und für Menschen aller Altersgruppen geeignet.
Yoga zu praktizieren heißt, eine wunderbare Möglichkeit zu nutzen, mit Atemübungen, Körperübungen, die Asanas genannt werden und Tiefenentspannung Körper, Geist und Seele zu harmonisieren und die Gesundheit zu fördern. Die Schwingungen der auf den Körper aufgesetzten Klangschalen steigern das Wohlbefinden während der Entspannungsphasen. Wer Yoga übt, wird sehr bald die positiven Wirkungen zu schätzen wissen und sich über neugewonnene Energie und Vitalität erfreuen können. Die Stärkung des Immunsystems, verbesserte Beweglichkeit und ein verbessertes Konzentrationsvermögen führen zu mehr Selbstvertrauen und fördern zudem die Zufriedenheit.

dienstags, 01.09.2026 - 01.12.2026 (12 Einheiten)

Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 72,00 € / Nichtmitglieder: 90,00 €

Zeit: Kurs 1: 17:45 - 19:15 Uhr
Kurs 2: 19:30 - 21:15 Uhr

Referentin: Johanna Vöcking,
Ort: Familienzentrum St. Ludgerus,
Königstraße 11, 48599 Gronau,

Mitzubringen: Eine eigene Yogamatte sowie Decke, kleines Kissen, warme Socken und bequeme Keidung.

vhs Volkshochschule Euregio-VHS Gronau

www.vhs-gronau.de

vhs@gronau.de

Euregio-Volkshochschule Gronau
Von-Keppel-Str. 10, 48599 Gronau-Epe
02562 12-666

Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!

55 Stuhlyoga

Yoga auf dem Stuhl ist das perfekte Bewegungstraining für Menschen mit eingeschränkter Beweglichkeit. Sanfte, achtsame und wohltuende Bewegungen und Atemübungen wechseln mit Entspannungsphasen ab. Durch bewusste Körperwahrnehmung erlangt man die Fähigkeit, das eigene Potenzial zu erkennen und zu entfalten. Die Yogaübungen werden speziell für diese Menschen individuell angepasst um den Körper auf sanfte Weise zu stärken, die Atmung zu verbessern, den Geist und die Psyche fit und stabil zu halten.

donnerstags, 03.09.2026 - 03.12.2026 (12 Einheiten)

Gebühr: Kneipp-Mitglieder: 60,00 € / Nichtmitglieder: 78,00 €

Zeit: Kurs 1: 09:30 - 10:30 Uhr

Referentin: Johanna Vöcking,

Ort: Pfarrhof St. Agatha
Von-Keppel-Str. , 48599 Gronau-Epe

Mitzubringen: Warme Socken, bequeme Keidung.

1. Abend = Schnupperabend (nur für neue TeilnehmerInnen)

Machen Sie mit! - Ihre Gesundheit ist es wert!

Ihr Anmeldetelefon: 0 25 65 / 35 28

BETHESDA SENIORENZENTRUM
Pflege mit Herz und Verstand
Betreuungs- und Pflegezentrum
Kurzzeitpflege
Verhinderungspflege
Demenzbereich „Im Meer der Sinne”
Tagespflege am Bethesda-Seniorenzentrum
Service-Wohnen am Bethesda
Ambulanter Pflegedienst „Bethesda”
Wir sind für Sie da.
BETHESDA-SENIORENZENTRUM GmbH
Zum Lukas-Krankenhaus 3 · 48599 Gronau
Telefon 0 25 62 / 71 92-0
info@bethesda-seniorenzentrum.de
PFLEGEDIENST-BETHESDA
Zum Lukas-Krankenhaus 3 · 48599 Gronau
Telefon 0 25 62 / 96 45 90-5
info@pflegedienst-bethesda.de
TAGESPFLEGE AM BETHESDA-SENIORENZENTRUM
Bentheimer Str. 22 · 48599 Gronau
Telefon 0 25 62 / 188 96 67
info@tagespflege-bethesda.de

GARTENLAND
SCHMITZ
Trendhaus • Blumenwerkstatt
Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Schelverweg 51
48599 Gronau-Epe
Telefon 02565/72 64
www.gartenland-schmitz.de

Osteopathie und Naturheilpraxis
Heike Maurath | Heilpraktikerin

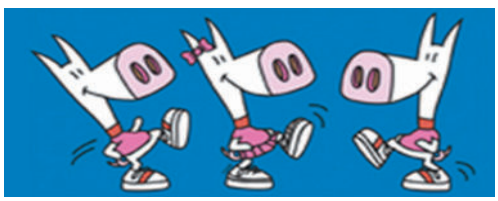
Osteopathie- und Naturheilpraxis
Heike Maurath | Heilpraktikerin
-Schwerpunkt Osteopathie bei Schmerzen von Kopf bis Fuß-
M 0174 200 63 91
Merschstr. 1
D-48599 Gronau-Epe
hm@naturheilpraxis-maurath.de
www.naturheilpraxis-maurath.de
Vereinbaren Sie telefonisch oder online einen Termin!

Antonius
Apotheke
Neustr. 8 | 48599 Gronau
Telefon 0 25 62 - 9 72 20
antonius-apotheke-gronau.de

Nutzen und Auswirkungen

(von Bewegungsangeboten) für den Menschen

- Erleben von **Spaß** und **Freude** in der Gruppe
- **Kontakte** / Zwischenmenschliche Beziehungen aufbauen
- **Geselligkeit** und Kommunikation pflegen
- Auch zur Vermeidung von Isolation / Vereinsamung
- Hilfe für die **Alltagsbewältigung**
- **Vertrauen** in die Leistung des eigenen Körpers
- Steigerung von **Selbstwertgefühl** / Selbstvertrauen

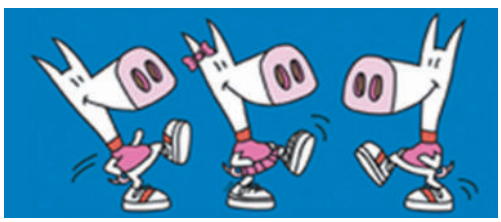


PHYSIOFEE
SUELA VERST

Praxis für
Physiotherapie

Sek. Heilpraktikerin - Physiotherapeutin
Waagestraße 7 · 48599 Gronau
Telefon: 0 25 62 / 99 13 906
eMail: physiotherapie-suelaverst@web.de

Whatsapp: 0151 122 11 77 8



59 Radfahren ein Erlebnis

- In Zusammenarbeit mit dem adfc Gronau -

Feierabendtour ab Gronau

Im geselligen Miteinander die Natur bewegt erleben

Donnerstag, 03.09.2026
Zeit: 18:30 Uhr
Referent: Herbert Wenker,
Besonderes: Feierabend-Tour (bis 15 - 18 km/h) ca. 25 km
Treffpunkt: Bahnhof Gronau,
Gebühr: Kneipp- und adfc- Mitglieder: frei
Nichtmitglieder: 2,00 €
Anmeldung: Tel.: 01 63 / 6 04 80 54

adfc
Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club
www.adfc ortsgruppe gronau epe.de

Kaffee-Punsch-Tour ab Epe

Im geselligen Miteinander die Natur bewegt erleben

Sonntag, 08.11.2026
Zeit: 14:00 Uhr
Referent: Herbert Wenker
Besonderes: Halbtagsfahrt (bis 15 - 18 km/h) ca. 30 km
Treffpunkt: Zweirad Vortkamp, Von-Keppel-Straße 4, 48599 Gronau-Epe
Gebühr: Kneipp- und adfc- Mitglieder: frei
Nichtmitglieder: 2,00 €
Anmeldung: Tel.: 01 63 / 6 04 80 54

Kneipp Zitat:

„Der Sinn des Reisens ist, an sein Ziel zu kommen.
Der Sinn des Wanderns ist, unterwegs zu sein."

Ihr Anmeldetelefon: 0 25 65 / 35 28

27. Aktionstag 55plus

Vortrag Digitale Gesundheit - Ausprobieren!

Schirmherr: Jörg von Borczyskowski
Bürgermeister der Stadt Gronau

Es soll wieder ein Erlebnis werden -
der 27. Aktionstag „55 plus".

Dazu laden die Altenhilfe-Koordinatorin der Stadt und der Kneipp Verein Gronau Seniorinnen und Senioren ein.

Im Mittelpunkt steht der Vortrag:
Digitale Gesundheit mit dem Regionaldirektor Cristian Kerbstadt von der IKK classic.

Er will informieren, aufklären und Vertrauen schaffen bei unseren Unsicherheiten mit Krankenkassen APP und Co. Nach den Grußworten steht Kaffee und Kuchen bereit und in der Gemeinschaft ist ein miteinander ins Gespräch kommen möglich. Zum Abschluss stehen zum Ausprobieren Mitmachangebote auf dem Programm.

Freitag,	**04.09.2026**
Gebühr:	Kneipp-Mitglieder: frei / Nichtmitglieder: 5,00 €
Zeit:	14:30 - 17:30 Uhr
Referent:	Christian Kerbstadt, Regionalleiter IKK Classic
Ort:	Walter-Thiemann-Haus Alfred-Dragstra-Straße 1, 48599 Gronau

Begrenzte Teilnehmerzahl: 70 Personen
Anmeldungen bis 02. September 2026 unter:

Tel: 0 25 65 / 35 28 oder
e-mail: kneippverein-gronau-epe@gmx.de

Werden Sie Mitglied im Kneipp Verein!

Für einen monatlichen Beitrag von:
5,00 € (Einzelmitgliedschaft) oder
10,00 € (Familienmitgliedschaft)
erhalten Sie:

- Ermäßigten oder freien Eintritt zu unseren Veranstaltungen und Vorträgen.
- Ermäßigungen auf alle Kursgebühren.
- Das aktuelle Programmheft und zusätzliche Angebote direkt zu Ihnen nach Hause geschickt.
- Das Kneipp-Journal mit einer Fülle von praktischen Anregungen für eine gesunde und natürliche Lebensgestaltung, Berichten aus der medizinischen Forschung, Rezepten, Ratschlägen für den aktiven Umweltschutz und vielem mehr.

Post-/Rechnungsanschrift:
Parkweg 50, 48599 Gronau-Epe
Tel. 0 25 65 / 35 28
e-mail:kneippverein-gronau-epe@gmx.de

Bankverbindungen:
Volksbank Gronau-Ahaus eG:
BIC: GENODEM1GRN
IBAN: DE59 4016 4024 0146 6662 00
Sparkasse Gronau:
BIC: WELADE3WXXX
IBAN: DE09 4015 4530 0000 0242 40

Kneipp
VEREIN
Gronau e.V.

Informationen

gemäß Art. 13 DSGVO für Nicht-Mitglieder

(Kursteilnehmer, Besucher, REHA-Sportler)

- Anlage zur Aufnahme gesundheitsfördernder Maßnahmen im Kneipp Verein Gronau -

Gemäß Art.13 DSGVO hat der Verantwortliche Kneipp Verein Gronau und Umgebung e.V. bei der Erhebung und Verarbeitung der betroffenen Personen (Kursteilnehmer, Besucher, REHA-Sportler) gegenüber Informationspflichten.

Als ehrenamtlich geführter Verein haben wir seit Jahren zur Bewältigung unserer Aufgaben schlanke Verwaltungsstrukturen. Deshalb erfragen wir von den Nutzern unserer Angebote nur die unbedingt erforderlichen Daten, um zwischen dem Kneipp Verein und den Nutzern einen reibungslosen Ablauf zu ermöglichen. Dieses Verhalten entspricht dem Prinzip der Datenminimierung (Art. 5 Abs.1c DSGVO). Mit dieser Information wird dies erfüllt.

1. Name und Kontaktdaten des Verantwortlichen, sowie gegebenenfalls seiner Vertreter:

Kneipp Verein Gronau und Umgebung e.V., gesetzlich vertreten durch den 1. Vorsitzenden Bernd Ahlers und der Schatzmeisterin Margrit Florack.

2. Anlaufstelle Geschäftsstelle mit folgenden Kontaktdaten:

Geschäftsstelle des Kneipp Vereins Gronau
Geschäftszeiten:
Telefonisch: montags und dienstags 9:00 - 12:00 Uhr,
Sprechzeiten: mittwochs 15:00 - 17:00 Uhr,
Termine nur nach telefonischer Vereinbarung.
Heimathaus, Von-Keppel-Straße 10, 48599 Gronau-Epe
Tel. 0 25 65 / 35 28
E-Mail: kneippverein-gronau-epe@gmx.de

Kneipp VEREIN Gronau e.V.

3. Datenschutzbeauftragte(r)

Der Kneipp Verein Gronau hat keinen eigenen Datenschutzbeauftragt(e)n, weil keine 10 Mitarbeiter ständig, systematisch und umfassend mit der automatisierten Verarbeitung personenbezogener Daten beschäftigt sind (§ 38 Abs. 1 BDSG). Die fachliche Recherche der Leitlinien zur DSVGO und das Rat einholen bei Experten ergab, dass der Kneipp Verein dazu nicht verpflichtet ist.

4. Zweck nach Art der gesundheitsfördernden Maßnahme

Weiterleitung an Dritte finden grundsätzlich nicht statt, nur wenn die Erlaubnis des Teilnehmers vorliegt .

Zweck sind die Teilnahme an gesundheitsfördernden Maßnahmen, wie beispielsweise gesundheitliche Aufklärung im Rahmen von Vorträgen, Aktionstagen zu gesellschaftlichen und gesundheitsfördernden Themen, sowie Kurse im Bereich von Prävention und REHA-Sport.

4.1 Besucher von Vorträgen und Aktionstagen:

Hier sind nachweisende Daten über die Teilnahme an den Veranstaltungen erforderlich. Dazu gehören Vor- und Nachname, Straße, Wohnort, Tel. Nr., Gebühr und Unterschrift des Teilnehmers/in, sowie auch der Titel der Veranstaltung. Dabei sind gesetzliche Mindestaufbewahrungsfristen von 10 Jahren zu beachten. Personenbezogene Daten werden nicht an Dritte weitergeleitet!

4.2 Kursteilnehmer:

Zur ordnungsgemäßen Abrechnung der durch SEPA-Lastschriftmandat eingezogenen Gebühren sind Vor- und Zuname, Adresse, Wohnort, Tel. Nr. (falls Information an die Kursteilnehmer, wie z. B. bei Kursausfall) weiterzugeben. Diese gilt auch für die IBAN und BIC Nummer, sowie den Namen des für den Kursteilnehmer zuständigen Geldinstitutes. Personenbezogene Daten werden an das jeweilige Geldinstitut des Kursteilnehmers/in weitergeleitet, nachdem er/sie dafür sein Einverständnis abgegeben hat. Aus buchhalterischen Gründen besteht eine Aufbewahrungspflicht von 10 Jahren.

Kneipp
VEREIN
Gronau e.V.

4.3 REHA-Sport:

Der Teilnehmer reicht beim Kneipp Verein Gronau die vom Hausarzt unterschriebene Verordnung „Reha-Sport Orthopädie“ mit der Genehmigung für die Kostenübernahme durch die Krankenkasse ein. Mit der Abgabe der Verordnung unterstreicht der Interessent seinen Willen, das Leistungsangebot des Kneipp Vereins in Anspruch zu nehmen. Dabei willigt er auch ein, dass die Daten von den beauftragten Mitarbeitern entgegengenommen. Es werden Name, Adresse, Tel. Nr. und die jeweilige Krankenkasse aus der Verordnung erfasst, verarbeitet und gespeichert. Gesundheitsdaten sind Daten, die für die betreffende Person eine erhebliche Bedeutung haben. Deshalb sind nach Artikel 9 Abs. 2 DSVGO durch die zuständigen Mitarbeiter eine ausdrückliche Genehmigung einzuholen. Dazu unterschreiben die zuständigen Mitarbeiter zur Wahrung der Vertraulichkeit eine Verpflichtungserklärung, die die im Arbeitsvertrag festgelegte Schweigepflicht ergänzt. Über eine Abrechnungsfirma wird mit der für den Teilnehmer/in zuständigen Krankenkasse abgerechnet. Die Abrechnungsfirma hat im § 13.4 eine Datenschutzerklärung vertraglich gesichert abgegeben. Der Kneipp Verein entrichtet dafür eine monatliche EDV/- und Datenschutzpauschale. Aus buchhalterischer Sicht besteht eine Aufbewahrungsfrist von 10 Jahren.

5. Die Dauer der Speicherung personenbezogener Daten:

Die personenbezogenen Daten werden solange gespeichert, solange sie für die oben genannten Zwecke erforderlich sind und solange gesetzliche Aufbewahrungsfristen dies verlangen. In der Regel beträgt die Speicherdauer aufgrund buchhalterischer Vorgaben 10 Jahre.

6. Die Rechte der Betroffenen:

Dem Teilnehmer stehen folgende Rechte zu: Recht auf Auskunft Art. 15 DSGVO, Recht auf Berichtigung Art. 16 DSGVO, Recht auf Löschung Art. 17 DSGVO, Recht auf Einschränkung der Verarbeitung Art. 18 DSGVO, Recht auf Datenübertragbarkeit Art. 20 DSGVO, Widerspruchsrecht (gegen die Verarbeitung) Art. 21 DSGVO.

Kneipp
VEREIN
Gronau e.V.

7. Widerrufsrecht der Einwilligung:

Bei Verarbeitung personenbezogener Daten aufgrund einer Ausdrücklichen Einwilligung gemäß Art.6 Abs.1a DSGVO, oder aufgrund einer Einwilligung zur Verarbeitung besonderer Kategorien von personenbezogenen Daten wie Gesundheitsdaten gemäß Art.9 Abs. 2a DSGVO hat der Teilnehmer das Recht, die Einwilligung jederzeit zu widerrufen. Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt.

8. Bestehen eines Beschwerderechts bei einer Aufsichtsbehörde:

Für den Teilnehmer besteht ein Beschwerderecht bei der zuständigen Aufsichtsbehörde:

Aufsichtsbehörde NRW

(Die Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit NRW)

Postfach 20 04 44

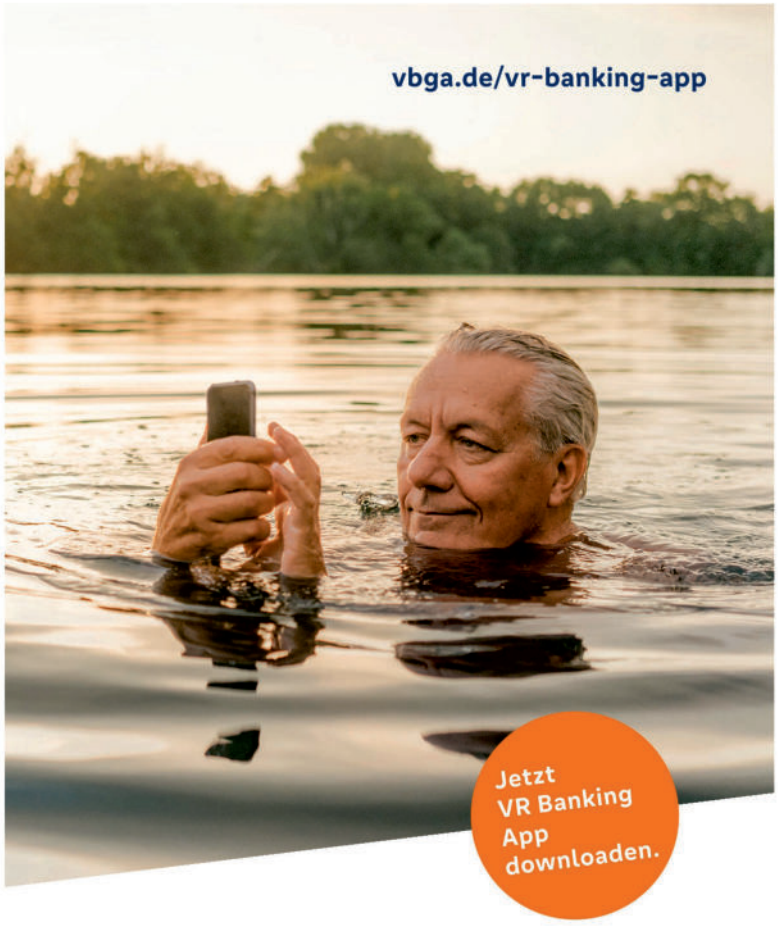
40102 Düsseldorf

Tel. 02 11 / 38 42 40

E-Mail: poststelle@ldi.nrw.de

9. Erforderlichkeit der Bereitstellung der personenbezogenen Daten u. Folgen der Nichtbereitstellung:

Aufgrund der Teilnahme an gesundheitsfördernden Maßnahmen, sind jeweils entsprechende Daten für die Leistungserbringung erforderlich. Bei Nichterfüllung kann an einer Maßnahme nicht teilgenommen werden.



Mein Banking in der Hand, wann und wo ich will.

**Banking jederzeit - auch von unterwegs.
Einfach, schnell und sicher mit der
VR Banking App.**

Volksbank
Gronau-Ahaus eG

Stadtwerke Gronau
Aktiv und fit mit Bäderabo
Mehr Energie als gedacht?
Weniger gezahlt als erwartet!
Mit unserem Bäderabo jederzeit rein ins Wasser. Als Stromkunde mit der App **GronauEnergie+** noch mehr sparen!
Hier Abo buchen