

Der Vorstand wünscht Ihnen erholsame Feiertage, vor allem aber ein gesundes neues Jahr! Wir sind bestrebt unsere Leistungen hoch zu halten, so bieten wir im neuen Jahr zusätzlich zu unserem Jahresprogramm, weitere Wanderungen und sehr informative Veranstaltungen für Sie an!

Anbei der Erlagschein für den Jahres Mitgliedsbeitrag **2024**, der aufgrund von Preissteigerungen (Druck-Versandkosten usw, letzte Erhöhung war 2018) angepasst werden musste. Einzelmitgliedschaft neu **€ 35.-**, Familienmitgliedschaft unverändert **€ 45.-**, (das entspricht € 0,41.- mehr pro Monat) wir bedanken uns für Ihr Verständnis.

Wir ersuchen den Jahres Mitgliedsbeitrag mit beiliegendem Erlagschein (Ihren Namen eintragen) oder mittels e-Banking (Verwendungszweck „MGB 2024“) auf unser RAIBA Konto AT 30 3834 6000 0018 9555 einzubezahlen!

Workshop: „Thermomix-Grundlagen, Tipps und Kniffe“ Sie haben einen Thermomix und möchten mehr darüber erfahren, oder Sie wollen sich einen kaufen und die vielen Möglichkeiten des Gerätes näher kennenlernen? Dann sind sie hier genau richtig!

Wann: 19. Jänner 2024, 19:00-21:00 Uhr
Wo: Haus der Vereine, Knittelfeld, großer Saal
Leitende: Isabella Pölzl (Thermomix Beraterin)
Anmeldung: bis 17. Jän, max 15 TN, ☎ 0677 / 6107 8483, Franz
Kosten: MG: € 10.-, Gäste: € 15.- (Behältnisse für Kostproben mitnehmen!)

Vortrag: „Zur echten Magie familiärer Strukturen“ Einblick in die Familiensystemdiagnostik (FSD), sie erfahren wie sich „Spuren“ in Familiengeschichten finden lassen, warum nie etwas zufällig passiert oder wie man Lebensstrategien unbewusst erben kann, aber wenn man es weiß, sich die Perspektive verändert, mit Praxisbeispiel!

Wann: 16. Februar 2024, 18:00-21:00 Uhr
Wo: Haus der Vereine, Knittelfeld, großer Saal
Referentin: Dr. Annegret Braun (Sozialwissenschaftlerin)
Anmeldung: bis 13. Febr, mind. 8 TN, ☎ 0677 / 6107 8483, Franz
Kosten: MG: € 25.-, Gäste: € 30.-



Vortrag: Astropsychologie: „Liebe, Beziehung und Partnerschaft“ Jeder Mensch bekommt bei der Geburt einen persönlichen unvergleichbaren „Seelen-code“, der ihm individuelle Charaktereigenschaften, Talente und Fähigkeiten verleiht. Hier erfährst du, wie dieser Seelencode sich auf unsere Familien-und Liebesbeziehungen auswirkt. Am Vortragabend bekommst du neben Beispielen, viele Antworten, neue Erkenntnisse und Inspirationen rund um das Thema Beziehungen, lass dich überraschen!

Wann: 1. März 2024, 19:00-21:00 Uhr
Wo: Haus der Vereine, Knittelfeld, großer Saal
Vortragende: Elena Withalm (Astropsychologin u. Expertin für Seelenformeln)
Anmeldung: bis 29. Febr, ☎ 0677 / 6107 8483, Franz
Kosten: Freiwillige Spende

Langlaufen lernen oder Schneeschuhwandern?

Informationen: ☎ 0677 / 6107 8483, Franz (staatlich geprüfter Langlauf Instruktor)

„E-Bike, Fahrrad Sicherheitstraining“, die perfekte Basis für eine neue Saison! Speziell für E-Bikes, aber auch für Fahrräder ohne Akku. Richtige Einstellung, Anfahren-Bergauf Bergab, schalten, Ziel bremsen, Geschicklichkeit und Kurventechnik.

Wann: 6. April 2024, 09:00-11:00 Uhr (findet nicht bei Regen statt)
Treffpunkt: Fahrradsicherheitspark Knittelfeld. **Kosten:** MG: gratis., Gäste: € 10.-
Anmeldung: bis 4.April, mind. 4 TN, ☎ 0677 / 6107 8483, Franz

„Heilkräuter finden und erkennen mit Kräuterexpertin Maria“ Erkenne einfache Heilkräuter, ganz in deiner Nähe am Wegesrand und erfahre wie du sie einfach in der Küche für die ganze Familie einsetzen kannst!

Wann: 11. Mai 2024, Knittelfeld, 15:00-17:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Gasthaus-Hoffelner, Apfelberg
Wann: 25. Mai 2024, Judenburg, 15:00-17:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Billa -Murdorf
Mitzunehmen: evtl. Schreibzeug, festes Schuhwerk
Leitende: Maria Reumüller
Kosten: MG: gratis, Gäste: € 10.-
Anmeldung: bis 10.Mai+24.Mai, ☎ 0677 / 6107 8483, findet nicht bei Regen statt!



„Wandergruppe KNITTELFELD“ Gemeinsam erreichen wir unsere Ziele!

Bewegung in frischer Luft verbessert nicht nur die Ausdauer, sondern stärkt auch unser Immunsystem sowie Herz, Muskeln und fördert das soziale Wohlbefinden.

Kosten: MG: gratis, Gäste: € 5.-, Anmeldung/Info: ☎ 0664 / 120 4617, Helga.

Sa 09.03.24	Mursteig–Lind–Zeltweg–Möbersdorf Siedlung–Blickner Teich–Mursteig, Treffpunkt: Mursteig 10:00 Uhr
Do 18.04.24	Ingeringsee–große Runde, Fahrgemeinschaft Treffpunkt: Kolibri-Center 09:00 Uhr
Do 02.05.24	Bremstein; Fahrgemeinschaft Treffpunkt: Kolibri-Center 08:00 Uhr
Sa 08.06.24	Wörschachklamm–Spechtsee, Fahrgemeinschaft Treffpunkt: Kolibri- Center 07:30 Uhr



✚ Weitere Wanderungen in der August Aussendung!

Vorteile für Mitglieder: Regelmäßig die Kneipp **Gesundheitszeitung** frei Haus, Nachlässe bei allen **Kneipp Aktiv Club Veranstaltungen** (Knittelfeld und Judenburg), **Kneipp Service Shop** minus 5%, Nachlässe bei ausgewiesenen **Kneipp-Kuranstalten**, **Murtal-Reisen** auf Tagesausflüge minus 10% (Bus), **OptimaMed** Judenburg-minus 10 % auf private Therapien, **Drogerie Junek** minus 10%, **Stadtapotheke Judenburg** minus 10%, **Trachtenmode Ortner** minus 5%, **Giga Sport Arena** minus 10%, **Hervis Arena** minus 10%, **Adler Apotheke Knittelfeld** minus 10%, **Dr.Schlögl** (Kni) minus 10 % auf Mundhygiene, **Leder u. Mode** Knittelfeld minus 10%.

Vorsitzender: Franz Perwein, Tel: 0677 / 6107 8483
 Vereinsadresse: Portniggstrasse 1. 8720 Knittelfeld, E-Mail: franz.iohann@gmx.net