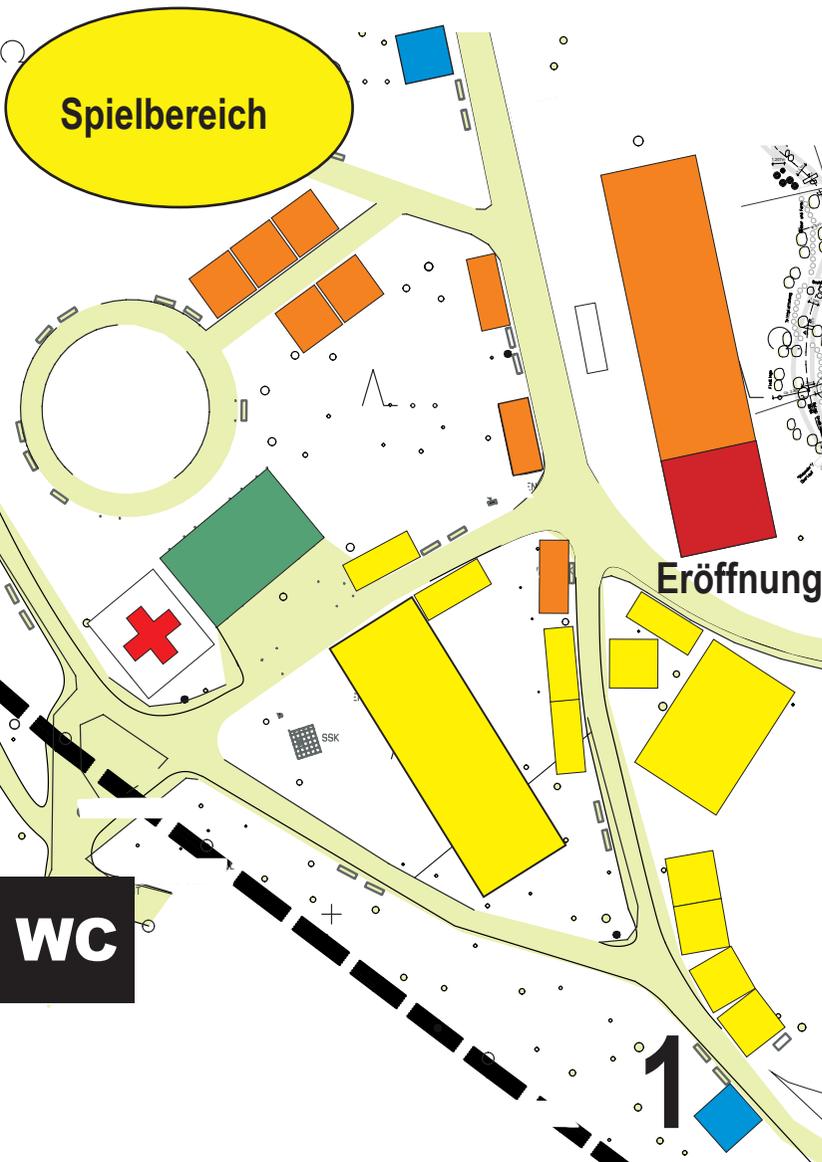


# gesUNDgemeinsam

## Schwabentag

### ERÖFFNUNG: 11 UHR

mit Oberbürgermeister Frank Kunz, Landrat Markus Müller, Bezirkstagspräsident Martin Sailer sowie Kneipp-Landesvorsitzende Erika Schweizer. Das Suebicus Quartett, der Kneipp-Kindergarten Fristingen und die Kneipp-Grundschule Dillingen begleiten musikalisch.



## INFOSTAND UND FÜHRUNGEN

- 12.00 Uhr Kneippführung mit Frau Ziemann (Treffpunkt Zelt 1)  
13.30 Uhr Kneippführung mit Frau Ziemann (Treffpunkt Zelt 1)  
14.00 Uhr Wanderung nach Lauingen auf dem DonAuwald-Wanderweg (ca. 1h)  
Abfahrt Shuttlebus 13.45 Uhr: Haltestelle Ziegelstr./ Mittelschule zu Parkplatz Eichwaldbad  
Rückfahrt mit Shuttlebus von Lauingen zum Taxispark Dillingen möglich  
15.30 Uhr Wanderung nach Dillingen auf dem DonAuwald-Wanderweg (ca. 1h)  
Abfahrt Shuttlebus 15.15 Uhr: Haltestelle Ziegelstr./ Mittelschule nach Lauingen  
Rückfahrt mit Shuttlebus vom Parkplatz Eichwaldbad zum Taxispark Dillingen möglich

## KULINARIK FÜR ALLE SINNE

herzhafte, vegetarische sowie vegane Speisen, Obstsalat und Cocktails sowie Kaffee und Kuchen

- |           |                        |           |                           |
|-----------|------------------------|-----------|---------------------------|
| 12.00 Uhr | Musch't Du habba       | 15.30 Uhr | Gebärdnchor Regens-Wagner |
| 13.00 Uhr | Tanzgruppe Lebenshilfe | 16.00 Uhr | Alphornbläser             |
| 14.00 Uhr | Alphornbläser          | 17.00 Uhr | Musch't Du Habba          |

## SPORTKURSE

- |           |                        |           |                                    |
|-----------|------------------------|-----------|------------------------------------|
| 14.00 Uhr | Yoga im Park           | 15.30 Uhr | Mama-Fitness                       |
| 14.30 Uhr | Smovey im Park         | 16.00 Uhr | Atmen und Meditieren mit Frau Titz |
| 15.00 Uhr | Shaolin mit Dr. Koutná | 16.30 Uhr | Smovey im Park                     |

## VORTRÄGE

- 11.30 Uhr Vorstellung Krisendienst, Frau Bram-Kurz  
12.30 Uhr Seelisch und körperlich gesund ohne Chemie, Frau Peter-Mayer  
13.45 Uhr Kneippanwendungen im Alltag, Frau Schweizer (Kneippverein Dillingen)  
14.30 Uhr Johann Evangelist Wagner und sein Geburtsort Dattenhausen, Herr Dr. Wallenta  
15.00 Uhr Aktiviere deinen Stoffwechsel mit praktischen Tipps, Frau Beck (Ernährungscoach)  
15.30 Uhr Dillingen als Stadt der Gesundheit und Caritas, Frau PD Dr. Söhner  
16.00 Uhr Endometriose - ein häufiger Grund für weibliche Unterleibsschmerzen  
Herr Olek, Chefarzt Gynäkologie Kreisklinik St. Elisabeth  
17.00 Uhr Vorstellung Krisendienst, Frau Bram-Kurz

## AKTIONEN UND INFORMATIONEN FÜR DIE GANZE FAMILIE

- 11 - 18 Uhr zahlreiche Ausstellende mit kostenlosen Aktionen zu den Bereichen Ernährung, Bewegung, Heilpflanzen und mehr, Spiel- und Bastelaktionen

Das Stadt- und Hochstiftmuseum hat von 11-18 Uhr geöffnet.