

Kneippheilbad Bad Kötzing
Gesund werden. Gesund bleiben.



Gesundheitsvorträge 2019

Gesunde Küche. Kneipp-Schnupperkurse. Qi Gong.

Werden Sie
Manager Ihrer
Gesundheit

SINOCUR® 康

Das IGM[®] Lebensstilprogramm
in der PräventionsRegion Bad Kötzing

Beachten Sie auch unsere Plakataushänge, die Presseberichte in der Tageszeitung und unsere Website www.sinocur.de

Änderungen vorbehalten

TERMIN	THEMA	REFERENT/IN	ORT
27.02. Mittwoch 19.00 Uhr	Gesundheit aus der Natur Wie werde ich fit – durch basische Ernährung, Schüßler Salze und Naturheilmittel? Anmeldung erwünscht – Tel. 09941 / 94290	Corinna Stoiber Apothekerin und Heilpraktikerin Sonnenapotheke	SINOCUR Hörsaal
06.03. Mittwoch 19.00 Uhr	Chronische Darmerkrankungen wie Reizdarm, Colitis ulcerosa, M. Crohn Wie werden Darmerkrankungen mit Hilfe der TCM behandelt?	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
13.03. Mittwoch 19.00 Uhr	Zahngesundheit für die besten Jahre!	Dr. Markus Sixt Zahnarzt	SINOCUR Hörsaal
20.03. Mittwoch 19.00 Uhr	Einführung in die integralen Entspannungstherapien Autogenes Training, Yoga und Qi Gong	Heidemarie Krieglstein Yoga-, Qi Gong- und Entspannungstherapeutin	SINOCUR Seminarraum
27.03. Mittwoch 19.00 Uhr	Wechseljahre – Frau sein, Frau bleiben	Claudia Ritter Heilpraktikerin	SINOCUR Hörsaal
03.04. Mittwoch 19.00 Uhr	Informationsabend der Bad Kötztinger Tai Chi Gruppe	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
10.04. Mittwoch 19.00 Uhr	Das IGM®-Lebensstilprogramm SINOCUR® Werden Sie Manager Ihrer Gesundheit	Prof. Dr. Erich Wühr und das Team der IGM®-GesundheitsCoaches	SINOCUR Hörsaal
08.05. Mittwoch 19.00 Uhr	Zähneknirschen – falscher Biss macht Schmerzen	Prof. Dr. Erich Wühr Zahnarzt, Osteopath DROM, BAO, BVO MSc Kieferorthopädie	SINOCUR Hörsaal
15.05. Mittwoch 19.00 Uhr	Blutegeltherapie – Neues Angebot der TCM-Ambulanz Wann ist sie sinnvoll? Wie wirkt sie?	Dr. Ulrich Münzer Oberarzt TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal

TERMIN	THEMA	REFERENT/IN	ORT
22.05. Mittwoch 19.00 Uhr	Informationsabend der Bad Kötztinger Tai Chi Gruppe	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
29.05. Mittwoch 19.00 Uhr	Praktische Kneipp-Übungen im Kurpark	Bettina Pritzl Kneippverein Bad Kötzing e.V.	Treffpunkt im Kurpark- pavillon
05.06. Mittwoch 19.00 Uhr	Das IGM®-Lebensstilprogramm SINOCUR® Werden Sie Manager Ihrer Gesundheit	Prof. Dr. Erich Wühr und das Team der IGM®-GesundheitsCoaches	SINOCUR Hörsaal
19.06. Mittwoch 19.00 Uhr	Wechseljahre aus Sicht der TCM: Ein natürlicher Wandel? Wie kann ich die TCM als Unterstützung in der Zeit des Wandels nutzen?	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
26.06. Mittwoch 19.00 Uhr	Vorsorgevollmacht – brauche ich die?	Elke Nicole Kestler Rechtsanwältin	SINOCUR Hörsaal
01.07. Montag 19.00 Uhr	Gynäkologie „Ein Fachgebiet der TCM“ Myome und mehr	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
03.07. Mittwoch 19.00 Uhr	Präventionsvortrag Drogen Thema: Sucht und Gefahr Keine Macht den Drogen	Martin Huber EPHK und Drogenbeauftragter der Bundespolizeiinspektion Waldmünchen	SINOCUR Hörsaal
10.07. Mittwoch 19.00 Uhr	Mit Kneipp durch den Sommer – Erfrischende Anwendungen in Theorie und Praxis, um gut durch die heißen Tage zu kommen!	Bettina Pritzl Kneippverein Bad Kötzing e. V.	SINOCUR Hörsaal anschl. Kneipp- Schulungsraum
17.07. Mittwoch 19.00 Uhr	Die neue Rückenschule!	Dr. Roland Brehmer Sporttherapeut	SINOCUR Hörsaal
22.07. Montag 19.00 Uhr	„Kinderwunsch!?“ – Gynäkologie: Ein Fachgebiet der TCM – Die Traditionelle Chinesische Medizin ist eine sinnvolle Begleitung bei Kinderwunschaaren!	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal

TERMIN	THEMA	REFERENT/IN	ORT
24.07. Mittwoch 19.00 Uhr	Medizin für Hochsensible	Claudia Ritter Heilpraktikerin	SINOCUR Hörsaal
31.07. Mittwoch 19.00 Uhr	„Der Funktionskreis Niere“ aus Sicht der TCM Quelle und Speicher unserer Lebensessenz	Sabine Albrecht Oberärztin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
07.08. Mittwoch 19.00 Uhr	Einführung in die integralen Entspannungstherapien Autogenes Training, Yoga und Qi Gong	Heidemarie Krieglstein Yoga-, Qi Gong- und Entspannungstherapeutin	SINOCUR Seminarraum
14.08. Mittwoch 19.00 Uhr	Alternative Schmerztherapie	Dr. Roland Brehmer Sporttherapeut	SINOCUR Hörsaal
21.08. Mittwoch 19.00 Uhr	Gestärkt in den Herbst mit Kneippanwendungen	Bettina Pritzl Kneippverein Bad Kötzting e. V.	SINOCUR Hörsaal anschl. Kneipp- Schulungsraum
09.09. Montag 19.00 Uhr	Chronisches Asthma, chronische Bronchitis allergisches Asthma, COPD und weitere Lungenerkrankungen. Wie werden sie mit Hilfe der TCM behandelt?	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
11.09. Mittwoch 19.00 Uhr	Schilddrüsenerkrankungen natürlich behandeln	Claudia Ritter Heilpraktikerin	SINOCUR Hörsaal
18.09. Mittwoch 19.00 Uhr	Das IGM®-Lebensstilprogramm SINOCUR® Werden Sie Manager Ihrer Gesundheit	Prof. Dr. Erich Wühr und das Team der IGM®-GesundheitsCoaches	SINOCUR Hörsaal
25.09. Mittwoch 19.00 Uhr	„Der Funktionskreis Herz“ aus Sicht der TCM Quelle der Klarheit und Präsenz	Sabine Albrecht Oberärztin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
02.10. Mittwoch 19.00 Uhr	Gesunde Füße, gesunde Venen mit Kneipp	Bettina Pritzl Kneippverein Bad Kötzting e. V.	SINOCUR Hörsaal, Kneipp- Schulungsraum

TERMIN	THEMA	REFERENT/IN	ORT
09.10. Mittwoch 19.00 Uhr	Vitamin D – ein „altes Vitamin“ im neuen (Sonnen)licht? Anmeldung erwünscht – Tel. 09941 / 94290	Corinna Stoiber Apothekerin und Heilpraktikerin Sonnenapotheke	SINOCUR Hörsaal
16.10. Mittwoch 19.00 Uhr	„Kinderwunsch!?“ – Gynäkologie: Ein Fachgebiet der TCM – Die Traditionelle Chinesische Medizin ist eine sinnvolle Begleitung bei Kinderwunschaaren!	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
23.10. Mittwoch 19.00 Uhr	Blutegeltherapie – Neues Angebot der TCM-Ambulanz Wann ist sie sinnvoll? Wie wirkt sie?	Dr. Ulrich Münzer Oberarzt TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
06.11. Mittwoch 19.00 Uhr	Leider bin ich „offline“ gestorben – aber nicht im www!	Elke Nicole Kestler Rechtsanwältin	SINOCUR Hörsaal
11.11. Montag 19.00 Uhr	Erkältungskrankheiten besser verstehen und mit Hilfe der chinesischen Lebensmittelenergetik die Körperabwehr effektiv unterstützen.	Susanne Hoyer TCM-Diplom-Therapeutin TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
13.11. Mittwoch 19.00 Uhr	„Wenn Schmerzen und Bewegungsein- schränkungen unseren Körper lahm legen“ – Begleitsymptome beachten, ganzheitlich deuten und verstehen	Hans-Peter Lojdl Heilpraktiker	SINOCUR Hörsaal
20.11. Mittwoch 19.00 Uhr	Die Laus, die über die Leber läuft Das „Organ“ Leber aus Sicht der chinesischen Medizin	Dr. Stefan Hager Ärztlicher Direktor TCM-Klinik	SINOCUR Hörsaal
27.11. Mittwoch 19.00 Uhr	Chronisch erschöpft, was nun?	Claudia Ritter Heilpraktikerin	SINOCUR Hörsaal
04.12. Mittwoch 19.00 Uhr	Das IGM®-Lebensstilprogramm SINOCUR® Werden Sie Manager Ihrer Gesundheit	Prof. Dr. Erich Wühr und das Team der IGM®-GesundheitsCoaches	SINOCUR Hörsaal
11.12. Mittwoch 19.00 Uhr	Präventionsvortrag Drogen Thema: Sucht und Gefahr – Keine Macht den Drogen	Martin Huber EPHK und Drogenbeauftragter der Bundespolizeiinspektion Waldmünchen	SINOCUR Hörsaal

Der Kur- und Gästeservice Bad Kötzing lädt Sie sehr herzlich zu den nachfolgenden Kochkursen mit anschließender Verköstigung ein! Erfahren Sie viel wertvolles Wissen über die Schätze der Natur!

Anmeldung für alle Kochkurse im Kur- und Gästeservice Bad Kötzing **Telefon 09941/ 400 32 154** bis spätestens 16 Uhr des Vortages. **Unkostenbeitrag pro Teilnehmer 10,00 EUR**

TERMIN	THEMA	REFERENTIN	ORT
21.03. Donnerstag 15.00 – 16.30	Hefegebäck fettarmes Traditionsgebäck einmal anders mit Kräutern und Gewürzen	Gisela Höpfl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
09.04. Dienstag 15.00 – 16.30	Spitzwegerich für den Gaumen und die Haut	Erika Stelzl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
02.05. Donnerstag 15.00 – 16.30	Gesunde Partysalate mit Bärlauch und saisonalen Kräutern aus dem Garten	Gisela Höpfl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
24.05. Freitag 15.00 – 16.30	Grüner Spargel trifft auf Asien Kneippverein Bad Kötzing e. V.	Tanja Semmelbauer Ernährungs- und Hauswirtschaftswissenschaftlerin	SINOCUR Lehrküche
03.06. Montag 15.00 – 16.30	Die Kräuterfülle des Sommers für das ganze Jahr Bitte zwei Gläser mitbringen	Gisela Höpfl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
18.06. Dienstag 15.00 – 16.30	Hafer, das bayrische Superfood	Erika Stelzl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
12.07. Freitag 15.00 – 16.30	Italienisches Auberginen- Tomaten-Arrangement Kneippverein Bad Kötzing e. V.	Tanja Semmelbauer Ernährungs- und Hauswirtschaftswissenschaftlerin	SINOCUR Lehrküche
16.07. Dienstag 15.00 – 16.30	Selbstgemachtes Eis zuckerfreie Alternative mit Kräutern und Früchten. Bitte zwei Gläser mitbringen	Gisela Höpfl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
05.08. Montag 15.00 – 16.30	Sommerliche Köstlichkeiten aus Kartoffeln mit verschiedenen Kräutern	Gisela Höpfl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
13.09. Freitag 15.00 – 16.30	Feiner Rotkohl aus dem Ofen Kneippverein Bad Kötzing e. V.	Tanja Semmelbauer Ernährungs- und Hauswirtschaftswissenschaftlerin	SINOCUR Lehrküche

TERMIN	THEMA	REFERENT/IN	ORT
01.10. Dienstag 15.00 – 16.30	Herbstliche Genüsse mit Rote Beete, Kürbis und Hagebutten	Erika Stelzl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
12.11. Dienstag 15.00 – 16.30	Adventliche Düfte Gewürztaler und selbstgemachter Früchtepunsch mit Nelken und Zimt	Gisela Höpfl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche
27.11. Mittwoch 15.00 – 16.30	Einstimmung in den Advent Glutenfreies Weihnachtsgebäck und Räuchern von Kräutern	Erika Stelzl Kräuterpädagogin, Hauswirtschaftsmeisterin	SINOCUR Lehrküche

Kneipp-Schnupperkurse

KURPARK UND AQACUR

Der Kur- und Gästeservice Bad Kötzing lädt Sie in der Sommer-Saison vom **24. Juni – 12. Sept. 2019** sehr herzlich zu den nachfolgenden kostenlosen bzw. kostengünstigen Kneipp-Schnupperkursen ein:

TERMIN	THEMA	REFERENT	ORT
Montags 16.00 – 17.00	Wassertreten und Armbad unter Anleitung	Horst Becker Kneipp-Bademeister	KURPARK Wassertret- und Armbecken
Dienstags 11.00 – 12.00	Kneipp'scher Abguss unter Anleitung	Horst Becker Kneipp-Bademeister	AQACUR Badewelt Bad Kötzing
Dienstags 16.00 – 17.00	Gesundheit aus dem Wasser- schlauch (Kneipp'sche Güsse)	Horst Becker Kneipp-Bademeister	KURPARK Wassertret- und Armbecken
Mittwochs 16.00 – 17.00	Wassertreten und Armbad unter Anleitung	Horst Becker Kneipp-Bademeister	KURPARK Wassertret- und Armbecken
Donnerstags 11.00 – 12.00	Gesundheit aus dem Wasser- schlauch (Kneipp'sche Güsse)	Horst Becker Kneipp-Bademeister	KURPARK Wassertret- und Armbecken

Qi Gong zum Kennenlernen

KURPARK BAD KÖTZTING

Der Kur- und Gästeservice Bad Kötzing lädt Sie in der Sommer-Saison vom **25. Juni – 10. September 2019** sehr herzlich zu den nachfolgenden kostengünstigen Qi Gong-Schnupperkursen ein: **Unkostenbeitrag 3,00 EUR**. Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung! Im Anschluss dürfen wir Sie zu einer Tasse grünen Tee im Kurpark-Café einladen.

Dienstags 17.00 – 18.00	Qi Gong zum Kennenlernen	Heidemarie Krieglstein Yoga-, Qi Gong- und Entspannungstherapeutin	KURPARK bei schlechtem Wetter im Kurparkpavillon
----------------------------	-------------------------------------	---	--

AUSKÜNFTE

Kur- und Gästeservice PräventionsRegion Bad Kötzing

Bahnhofstraße 15
93444 Bad Kötzing
Telefon 09941 / 400 32 150
igm-campus@bad-koetzing.de
www.bad-koetzing.de
www.sinocur.de

GESUNDHEITSVORSORGE

IGM® – Lebensstilprogramm SINOCUR®

Entdecken Sie das Präventionsprogramm
und stärken Sie Ihre Lebensqualität!

Weitere Auskünfte erhalten Sie in der
Ambulanz der TCM-Klinik Bad Kötzing
unter Telefon 09941 / 609 365.

