

## April 2024

Di, 2.4., 9.4., 16.4.2024

**Gesundheitsturnen** mit Martina Mösslacher, Antoniusturnsaal, 17h30 bis 18h20.

Mo+Do (9h00 bis 9h50), Mi (18h00 bis 18h50)

**Aquafitness – Wassergymnastik,**  
Di (18h00 bis 18h50) – **Aquajogging,**  
**In der Drautalperle, ermäßigter Zehnerblock für Kneipp-Mitglieder € 85,--.**

Eintritt Drautalperle ist nicht includiert.

Voranmeldung bis 12h am selben Tag bei Chrissi (0650/6477474) oder Julia (0660/1041989).



Mi, 17.4.2024

**Wanderung im oberen Drautal, entlang Mautmeile und 17-Kräuter-Rundweg,** von Greifenburg nach Berg, ca. 8 km, ca. 200 hm, ca. 3 Std., Einkehr geplant, Eigenanreise mit Zug, Abfahrt Spittal 9h37, Anm. bitte bis 11.4.

Di, 23.4., 30.4.2024

*Bewegung in der Frühlingslandschaft:*

**Walken** am Fratres mit Hildegard und Gerlinde, Treffpunkt 17h00 beim Heizhaus, Auskunft 0699/11384905 (Streckenführung unterschiedlich).

## Mai 2024

Do, 2.5.2024

**Wanderung im hinteren Maltatal, entlang der Gößfälle,** ca. 2 km, ca. 130 hm, ca. 1,5 Std., Einkehr im Gasthof Zirmhof, danach gemütliche Wanderung entlang des Malta-Baches (Radweg oder Wiesen/Waldweg) über die Schlatzingerau, flach, ca. 1,5 Std. Eigenanreise mit Linienbus bis Pflüglhof, Abfahrt Spittal/Bahnhof 9h36, Anm. bitte bis 26.4.



Sa, 4.5.2024, 13 bis 17 Uhr

Wir präsentieren den Kneipp-Aktiv-Club beim **ASVÖ-Familien sporttag** im Jahn Stadion. Kinder können kneippen und diverse Sportarten ausprobieren. Wer hilft mit? Bitte bis 20.4. melden, danke. Wir bitten die Mitglieder um Besuch.



Di, 7.5., 14.5., 21.5., 28.5.2024

**Walken** am Fratres, Details siehe April.

Fr, 17.5.2024

**Kneipp tag:** Wanderung am Egelsee und anschließend geselliges Beisammensein bei gegrilltem Essen im Gasthof „Lug ins Land“. Eigenanreise mit PKW, Treffpunkt RK-Parkplatz um 10h00 (Fahrgemeinschaften) oder 10h30 beim Gasthof. Anm. bitte bis 10.5.



Mo, 27.5.2024

**Gemütliche Genußwanderung im Gailtal,** entlang der Gail von Möderndorf bis Tröpolach, flach, ca. 2,5 Std., danach Einkehr zum Mittagessen und anschließend Besuch des Gailtalmuseums in Möderndorf (Zeitreise zu 500 Jahren Kulturgeschichte), Eintritt: Kärnten Card oder € 5,50. Abfahrt mit Krammer-Bus um 9h00, ca. € 28,--, Anm. bitte **verbindlich** bis 13.5. bei Waltraud, Tel. 0660/6557270.

## Juni 2024

Di, 4.6., 11.6., 18.6., 25.6.2024

**Walken** am Fratres, Details siehe April, Beginn im Juni evtl. 18h00, temperaturabhängig.

### Do, 6.6.2024: Mitgliederversammlung

17h00, im Gasthof Brückenwirt (an der Wirtschaftsbrücke 2, Spittal).

#### **Tagesordnung:**

Begrüßung  
Feststellung der Beschlussfähigkeit  
Bericht der Vorsitzenden  
Bericht der Kassiererin  
Bericht der Rechnungsprüferin  
Antrag auf Entlastung des Vorstandes  
Ehrungen  
Allfälliges  
Anträge sind bis 23.5. per Email beim Vorstand einzureichen: [johanna-weirer@gmx.at](mailto:johanna-weirer@gmx.at)  
Anm. bitte bis 30.5. (wegen Reservierung).



### Mi, 12.6.2024

**Wanderung auf der Gerlitze**, Höhenrundweg, ca. 4,4 km, ca. 150 hm, ca. 1,5 Std., Mittagessen-Einkehr geplant, Eigenanreise mit Zug bis Annenheim, Abfahrt Spittal 9h07, Fahrt mit Kancelbahn und Sessellift zum Gipfel und retour (Kärnten Card, oder € 34,50), Anm. bitte bis 10.6., wetterabhängig – Ersatztermin 14.6.

**Anmeldung „verbindlich“** bedeutet, dass wir Reservierungen (Bus, Restaurant) gemacht haben und im Stornierungsfall Kosten anfallen können. Es gilt eine Mindestteilnehmerzahl.

### Do, 20.6.2024

**Wanderung auf der Flattnitz, entlang des Kneippweges**, ca. 9 km, ca. 3 Std., ca. 250 hm, Einkehr geplant, Abfahrt mit Krammer-Bus um 8h00, ca. € 35,--, Fahrt über Feldkirchen auf die Flattnitz, die Rückfahrt erfolgt über Stadl/Mur und den Lungau, *ein schöner Ganztagesausflug*. Anm. bitte **verbindlich** bis 6.6.2024.

#### **Ergänzung zu den Wanderungen/Ausflügen:**

Wenn kein anderer Kontakt angegeben ist: Anmeldung bitte bei Johanna Weirer, Tel. 0660/1297691, per WhatsApp oder Email [johanna-weirer@gmx.at](mailto:johanna-weirer@gmx.at).

**Bei Wanderungen bitte beachten:** Trittsichere Wanderschuhe, evtl. Stöcke, Regenschutz, Getränk, kleine Jause. Bei Abfahrt mit Krammer-Bus: Treffpunkt Parkplatz Rotes Kreuz und anschließend Haltestelle bei Malchus-Apotheke.

Mitglieder erhalten die Kneipp-Zeitungen und unsere Programme.

**Bankverbindung:** Austrian Anadi Bank AG  
IBAN: AT84 5200 0000 0201 5790

**Homepage:** Kneipp Aktiv Club Spittal  
(<https://spittal.kneippbund.at>)

Vereinbarungen über **Ermäßigungen:**  
(Mitgliedskarte oder Einzahlschein erforderlich)

**Aquagymnastik** in der Drautalperle

**Massagen Jelinek**, Tirolerstr. 24, 9800 Spittal

**Bad Kleinkirchheimer Bergbahnen,**  
**Thermal Römerbad**, Bad Kleinkirchheim  
[www.badkleinkirchheim.com](http://www.badkleinkirchheim.com)



**Kneipp**  
Aktiv-Club

**Spittal/Drau**

**PROGRAMM**

**Frühjahr 2024**

**April bis Juni**

Programmänderungen und Irrtümer vorbehalten