



„Der menschliche Körper ist wunderbar und jeder Teil braucht seine Pflege.“

Sebastian Kneipp

Sie erreichen uns

persönlich in unserer Geschäftsstelle

montags 09:00 Uhr bis 12:30 Uhr
mittwochs nach Vereinbarung

telefonisch unter 0471 / 413 431

E-Mail: kneipp-verein-brhv@t-online.de

Geschäftsstelle

Kneipp-Verein Bremerhaven e.V.
Friedrich-Ebert-Straße 91

27570 Bremerhaven

Sie finden uns im Internet unter

www.kneipp-verein-bremerhaven.de

Kontoverbindung

Weser-Elbe Sparkasse
IBAN: DE45292500000002602717
BIC: BRLADE21BRS

Mitgliedsbeiträge

€ 45,00 /Jahr für Einzelmitglieder
€ 60,00 / Jahr für Familien
plus € 10,00 Aufnahmegebühr

Änderungen des Angebotes vorbehalten

Kneipp

VEREIN
Bremerhaven e.V.



Neu!
**3x im August/
September**

Lachyoga

„Wir lachen nicht, weil wir glücklich sind -
wir sind glücklich, weil wir lachen!“

Madan Kataria

Lachyoga - Hasya-Yoga

Mandan Kataria, praktischer Arzt und Yogalehrer, verbreitete Lachyoga, aus seiner Heimat Mumbai in Indien, in die ganze Welt. Er verband Yogatechniken und Lachyogaübungen mit der Überzeugung, dass es keine klare Grenze zwischen einem künstlichen und einem echten Lachen gibt und beides gleichwertige positive Wirkung auf den Menschen hat.

Was Sie erwartet:

Nach einer kleinen theoretischen Einführung, geht es in den praktischen Teil. Mit Bewegung, Lach- und Atemübungen erlernen Sie die Methode des Lachyogas. Erfahren Sie die daraus resultierende tiefe Entspannung und die befreiende, heilsame Wirkung des Lachyogas.

Für wen?

Dieser Kurs ist für Menschen jeden Alters und jeder Mobilitätsstufe geeignet. Sitzmöglichkeiten sind vorhanden.

Wer leitet den Kurs?

Martina Barkhausen, examinierte Pflegekraft, Tanzpädagogin und Lachyogaleiterin.

Bitte mitbringen:

- Bequeme Kleidung, Hallenschuhe oder Stoppersocken
- Decke oder Handtuch
- Etwas zu trinken



Wo und wann?

18.08., 25.08. und 01.09.2025

3 x montags

18:05 - 19:05 Uhr

In der kleinen Sporthalle des Kreisgymnasiums Wesermünde.

Humboldtstraße 12 - 14
27570 Bremerhaven

Kosten:

Mitglieder	16,50 €
Nichtmitglieder	20,50 €

Anmeldungen:

Im Büro des Kneipp-Vereins, nimmt Susanne Penecke Ihre Anmeldungen, telefonisch oder per Mail gerne entgegen.