

# Herbstkalender

VERANSTALTUNGEN,  
EVENTS UND AKTIVWOCHEN 2023



# WIRTHSHOF

AKTIV

## OKTOBER

1 SO	Reaktiv Walking und Teststation beim <b>GEHRENBERGLAUF</b>   10-15
2 MO	
3 DI	Tag der Deutschen Einheit
4 MI	
5 DO	<b>WALDBADEN</b>   16-18
6 FR	
7 SA	<b>BODENSEE CLEANUP DAY</b> Cleanup Kits abholen und loswandern
8 SO	<b>TRAINERAUSBILDUNG SLOW JOGGING</b> Basic & Professional   07.10.-08.10.
9 MO	
10 DI	<b>FAMILIENERLEBNIS APFELBAUM</b> mit Moni Müller   14:30-16
11 MI	
12 DO	<b>AKTIVWOCHE. DAS ORIGINAL</b>   08.10.-14.10. Gesundheitsprogramm für einen gesunden Rücken, Faszien, Yoga, Walking Kassenzuschuss bis 160 euro nur inklusive Übernachtung buchbar
13 FR	
14 SA	
15 SO	
16 MO	
17 DI	<b>FAMILIENERLEBNIS WALD</b> Wald am Gehrenberg   14:30-16
18 MI	Kindertheaterfestival Markdorf   17.-21.10.
19 DO	
20 FR	
21 SA	
22 SO	
23 MO	<b>GESUNDHEITSTAGE IM HERBST</b>   23.10.-28.10. Impulsvorträge und Aktivangebote rund um das Thema Gesundheit und Bewegung
24 DI	
25 MI	<b>YOGATAGE IM HERBST</b>   25.10.-28.10.
26 DO	<b>WALDBADEN</b>   16-18
27 FR	<b>AIKIDO WORKSHOP</b>   19-21
28 SA	
29 SO	<b>Event</b> Ende der Sommerzeit <b>KÜRBISFEST</b>   14-19
30 MO	
31 DI	

## NOVEMBER

...übrigens:  
Aktivprogramm auch in den Ferien!

1 MI	KEIN Programm an Allerheiligen!
2 DO	
3 FR	
4 SA	<b>MYSTISCHER BAUMSPAZIERGANG</b> mit Conny   14:30-16:30
5 SO	
6 MO	<b>FASZIEN TRAINING UND YOGA VIELFALT</b>   06.11.-09.11. zwei Präventionskurse an vier Tagen mit Kassenzuschuss bis 150 euro
7 DI	
8 MI	
9 DO	
10 FR	<b>GESUNDHEITSWANDERN</b>   14-16:30 <b>ZAUBERHAFTER SPÄTHERBSTABEND</b> Kräuterwissen mit Moni   15:30-17:30
11 SA	
12 SO	Verkaufsoffener Sonntag Markdorf
13 MO	Jahrmarkt und Elisabethenmarkt Markdorf   10.-14.11.
14 DI	
15 MI	
16 DO	
17 FR	<b>GESUNDHEITSWANDERN</b>   14-16:30
18 SA	<b>YOGA KURS AM WOCHENENDE</b>   17.11.-19.11. ausgebucht! Körperübungen, Atmung und Achtsamkeit Kassenzuschuss bis 100 euro
19 SO	
20 MO	
21 DI	
22 MI	
23 DO	
24 FR	<b>GESUNDHEITSWANDERN</b>   14-16:30
25 SA	<b>MYSTISCHER BAUMSPAZIERGANG</b> mit Conny   14:30-16:30
26 SO	
27 MO	
28 DI	
29 MI	<b>...auch zwischen den Jahren</b> ausgewählte Bewegungsangebote im Wochenprogramm <a href="http://wirthshof-aktiv.de/kursplan">wirthshof-aktiv.de/kursplan</a>
30 DO	

## DEZEMBER

1 FR	<b>GESUNDHEITSWANDERN</b>   14-16:30
2 SA	<b>MYSTISCHER BAUMSPAZIERGANG</b> mit Conny   14:30-16:30
3 SO	
4 MO	<b>FASZIEN TRAINING UND YOGA VIELFALT</b>   04.12.-07.12. zwei Präventionskurse an vier Tagen mit Kassenzuschuss bis 150 euro
5 DI	
6 MI	
7 DO	
8 FR	<b>GESUNDHEITSWANDERN</b>   14-16:30
9 SA	
10 SO	
11 MO	
12 DI	
13 MI	
14 DO	
15 FR	<b>GESUNDHEITSWANDERN</b>   14-16:30
16 SA	<b>MYSTISCHER BAUMSPAZIERGANG</b> mit Conny   14:30-16:30
17 SO	
18 MO	
19 DI	
20 MI	
21 DO	
22 FR	WIRTHSHOF BETRIEBSFERIE
23 SA	
24 SO	
25 MO	
26 DI	
27 MI	
28 DO	
29 FR	<b>NIA WORKSHOP</b>   10-11:30
30 SA	
31 SO	



Auf dem Laufenden? Abonniere unseren AKTIV-Newsletter und erfahre mehr zu unseren Events und kurzfristig geplanten Workshops und Vorträgen. Alle Angaben ohne Gewähr | Kurzfristige Änderungen sind möglich.

**PRÄVENTION!**  
Tipp: Bei regelmäßiger Teilnahme bezahlen gesetzliche Krankenkassen Deine Kursgebühr!