

TAG	UHRZEIT	AKTION	VERANSTALTER	ORT
SA, 12.04.2025	9.00 Uhr	<b>Kurs „Letzte Hilfe“: Sterben gehört zum Leben</b> mit Hospizverein Vilsbiburg <i>Anmeldung unter maro.st@t-online.de oder 08743-2691 erforderlich. Max. 15 Teilnehmer</i>	Nachbarschaftshilfe Geisenhausen GeNaHi	Bürgerhaus, Raum 105
	13.00 - 13.45 Uhr	<b>Kinder auf dem Minitrampolin (5 - 9 Jahre)</b> mit Marianne Brenninger Geschichten und Bewegungslieder bringen Abwechslung. <i>Anmeldung unter 0160-9878868 erforderlich.</i>	Marianne Brenninger	Fimbacher Str. 15
	15.00 - 16.00 Uhr	<b>Vortrag „Konzentration im Alltag – Welche Einflüsse spielen eine Rolle?“</b> Referentin: Sylwia Markl <i>Anmeldung unter 0163-1381709 oder s_markl@gmx.net erforderlich.</i>	Sylwia Markl	Bürgerhaus, Raum 104
	16.00 - 17.00 Uhr	<b>Vortrag „Wasser – mehr als nur ein Durstlöcher?“</b> Referentin: Sylwia Markl <i>Anmeldung unter 0163-1381709 oder s_markl@gmx.net erforderlich.</i>	Sylwia Markl	Bürgerhaus, Raum 104
	17.00 - 18.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Lasse dich entspannen durch tibetische Klangschalen“</b> mit Felix Staufer Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und erleben Sie, wie Klangschalen durch sanfte Schwingungen zur Entspannung beitragen. Die Schwingungen können helfen, Verspannungen zu lösen und den Kopf frei zu bekommen. <i>Anmeldung unter 0157-37810549 erforderlich. Bitte bringen Sie eine Matte mit und genießen Sie eine entspannende Auszeit!</i>	Staufergarten	Bürgerhaus, Raum 104
SO, 13.04.	10.00 - 11.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Yoga“</b> mit Felix Staufer <i>Anmeldung unter 0157-37810549 erforderlich. Bitte bringen Sie eine Matte mit und genießen Sie eine entspannende Auszeit!</i>	Staufergarten	Bürgerhaus, Raum 104
	17.00 - 18.30 Uhr	<b>Schnupperkurs Rock 'n' Roll für Kinder + Jugendliche mit Spiel + Spaß</b>	Vilstaler Tanzclub Geisenhausen e.V.	Kleine Turnhalle

POSTAKTUELL AN ALLE HAUSHALTE

leben  
findet  
innen  
stadt.de

# WELLNESS- & GESUNDHEITS- WOCHE

## Geisenhausen PROGRAMM



Geisenhausen

Mitten drin. Im Leben.

**Mo 07.04. –  
So 13.04.2025**

**BIERGARTEN-  
BETRIEB**  
am Marktplatz  
**SO, 11 - 17 UHR**

**VERANSTALTER**  
Wellness- und Gesundheitswoche  
Markt Geisenhausen  
Marktplatz 6 | D-84144 Geisenhausen

Oster- und Frühlingmarkt  
Tollmoge! Geisenhausen e.V.



**ORGANISATOR**  
Wellness- und Gesundheitswoche  
Projektmanagement Geisenhausen  
Stephanie Petrich  
IDENTITÄT & IMAGE Coaching AG  
Tel.: 08721/12090



Geisenhausen  
Mitten drin. Im Leben.

**12-17 Uhr**  
verkaufsoffener  
**SONNTAG**



**KOSTENLOSER SEHTEST UND BRILLENCHECK**  
7.-13.04.2025  
Optik am Markt  
Marktplatz 9

9.-12 Uhr  
14.-18 Uhr  
Sa 9.-12 Uhr  
So 12.-17 Uhr

31.03.-04.04.2025  
GEMEINDEJUGENDPFLEGE  
GEISENHAUSEN

**„NACHHALTIGKEITSARENA“**  
für Schülerinnen der 7. bis 10. Klasse  
der Mittelschule Geisenhausen & Montessorischule  
ZUM THEMA „GESUNDE ERNÄHRUNG & ÖKOLOGISCHER FUSSABDRUCK“

Geisenhausen  
Museum mit neuer  
Ausstellung  
„Leib und Seel“  
Historischer Verein  
Marktplatz 9

**SONNTAG,  
06.04.2025  
14.-17 Uhr**

7.-13.04.2025  
MO 10.00 - 11.30 UHR  
DO/FR 16.00 - 17.30 UHR  
SA 10.00 - 11.30 UHR  
**MEDIENAUSSTELLUNG  
ZUM THEMA GESUNDHEIT**  
Gemeindebücherei Geisenhausen  
Martin-Zeiler-Str. 3

TAG	UHRZEIT	AKTION	VERANSTALTER	ORT
MO, 07.04.2025	9.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Gelassen in die neue Woche“</b> leichte Gymnastik	Kneippverein Geisenhausen e.V.	Bürgerhaus, Raum 104
	16.00 Uhr	<b>Spazierengehen „Geh auf den Nothelferweg“</b> mit Michael Degenbeck	Kolpingsfamilie Geisenhausen	Treffpunkt: Parkplatz Große Turnhalle
	18.00 - 18.45 Uhr	<b>Training auf dem Minitrampolin – happyjump</b> mit Marianne Brenninger Gelenk- und rüdenschonend, beckenbodenstärkend und ein ideales Trainingsgerät, um endlich wieder Spaß beim Sporteln zu haben. <i>Anmeldung unter 0160-9878868 erforderlich.</i>	Marianne Brenninger	Fimbacher Str. 15
	18.00 - 19.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „High-Intensity Workout“</b> mit Felix Stauter	TV Geisenhausen Abt. Turnen	Bewegungsraum Kinderhort, Angstl-Areal
19.30 - 21.30 Uhr	<b>Probetraining für die Saison 2025/ 2026</b> Erwachsene (ab 16 Jahre) <i>Anmeldung unter 0159-03729452 oder vorstandschafft@tollemogei.de erforderlich.</i>	Tollmoge Geisenhausen e.V.	Treffpunkt: Bushaltestelle in der Frontenhäuser Str. (bei großer Turnhalle)	
DI, 08.04.2025	20.00 - 21.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Step Aerobic“</b> mit Evi Lechter	TV Geisenhausen Abt. Turnen	Kleine Turnhalle
	16.00 - 16.45 Uhr	<b>Schnupperkurs „Hip Hop Kids“</b> Cool Moves – tanzen wie im Videoclip. <i>Anmeldung unter kontakt@tanzraum.dance erforderlich.</i>	Tanzraum Juliane Zdera Lorenzerstraße 12	Tanzraum Juliane Zdera, Lorenzerstraße 12
	16.45 - 17.30 Uhr	<b>Schnupperkurs „Jazz Kids“</b> Cool Moves – tanzen wie im Videoclip. <i>Anmeldung unter kontakt@tanzraum.dance erforderlich.</i>	Tanzraum Juliane Zdera Lorenzerstraße 12	Tanzraum Juliane Zdera, Lorenzerstraße 12
	19.00 - 20.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Fitnessgymnastik“</b> mit Monika Harjung	TV Geisenhausen Abt. Turnen	Kleine Turnhalle
19.30 Uhr	<b>Offene Chorprobe</b> zum „Schnuppern“	Liedertafel Geisenhausen	Bürgerhaus, Raum 104	
MI, 09.04.2025	17.00 - 18.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Mobilness-Gymnastik mit Bodenübungen“</b>	Kneippverein Geisenhausen e.V.	Kleine Turnhalle
	18.00 - 19.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Mobilness-Gymnastik im Sitzen“</b>	Kneippverein Geisenhausen e.V.	Kleine Turnhalle
	18.00 - 19.30 Uhr	<b>Vortrag „Pflanzliche Antibiotika in der Küche und deren Nutzen“</b> Referentin: Elisabeth Ingerl <i>Anmeldung unter 08743-2410 oder info@elisabethingerl.eu erforderlich.</i>	Erährungsberaterin & Stoffwechselfachcoach Elisabeth Ingerl	Bürgerhaus, Raum 106
	19.00 - 20.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Fitnessgymnastik“</b> mit Rosemarie Schmid	TV Geisenhausen Abt. Turnen	Kleine Turnhalle
19.00 - 20.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Yoga“</b> mit Felix Stauter	TV Geisenhausen Abt. Turnen	Bewegungsraum Kinderhort, Angstl-Areal	
19.30 - 21.00 Uhr	<b>Vortrag „Nahrungsergänzung sinnvoll oder überflüssig?“</b> Referentin: Elisabeth Ingerl <i>Anmeldung unter 08743-2410 oder info@elisabethingerl.eu erforderlich.</i>	Erährungsberaterin & Stoffwechselfachcoach Elisabeth Ingerl	Bürgerhaus, Raum 106	
DO, 10.04.2025	18.00 - 22.00 Uhr	<b>Erste-Hilfe Refresher Kurs mit dem Schwerpunkt Reanimation</b> Keine Bescheinigung für BG / Führerscheinstelle. <i>Anmeldung unter barsdorfer@brkla1.de erforderlich. Mind. 10 max. 15 Teilnehmer. Kosten: 15 € pro Person</i>	BRK Kreisverband Landshut	Bürgerhaus, Raum 105
	18.00 - 19.30 Uhr	<b>Vortrag „Die Hautgesundheit und wie man sie im täglichen Umgang stärken kann“</b> Referentin: Elisabeth Ingerl <i>Anmeldung unter 08743-2410 oder info@elisabethingerl.eu erforderlich.</i>	Erährungsberaterin & Stoffwechselfachcoach Elisabeth Ingerl	Bürgerhaus, Raum 106
	18.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Qigong“</b>	Kneippverein Geisenhausen e.V.	Bürgerhaus, Raum 104
	19.00 - 20.00 Uhr	<b>Schnupperkurs „Happy Fitness“</b> mit Uli Strasser	TV Geisenhausen Abt. Turnen	Kleine Turnhalle
19.30 - 21.00 Uhr	<b>Vortrag „Heilfasten, die schnellste Methode der Zellerneuerung“</b> Referentin: Elisabeth Ingerl <i>Anmeldung unter 08743-2410 oder info@elisabethingerl.eu erforderlich.</i>	Erährungsberaterin & Stoffwechselfachcoach Elisabeth Ingerl	Bürgerhaus, Raum 106	
FR, 11.04.2025	8.30 - 9.15 Uhr	<b>Training auf dem Minitrampolin – happyjump</b> mit Marianne Brenninger Gelenk- und rüdenschonend, beckenbodenstärkend und ein ideales Trainingsgerät, um endlich wieder Spaß beim Sporteln zu haben. <i>Anmeldung unter 0160-9878868 erforderlich.</i>	Marianne Brenninger	Fimbacher Str. 15
	17.00 - 18.00 Uhr	<b>Probetraining für die Saison 2025/ 2026</b> Kinder (ab 5 bis 15 Jahre) <i>Anmeldung unter 0159-03729452 oder vorstandschafft@tollemogei.de erforderlich.</i>	Tollmoge Geisenhausen e.V.	Treffpunkt: Bushaltestelle in der Frontenhäuser Str. (bei großer Turnhalle)
	18.00 - 22.00 Uhr	<b>Erste-Hilfe Refresher Kurs mit dem Schwerpunkt Reanimation</b> Keine Bescheinigung für BG / Führerscheinstelle. <i>Anmeldung unter barsdorfer@brkla1.de erforderlich. Mind. 10 max. 15 Teilnehmer. Kosten: 15 € pro Person.</i>	BRK Kreisverband Landshut	Bürgerhaus, Raum 105
	19.00 - 21.00 Uhr	<b>Probetraining für die Saison 2025/ 2026</b> Erwachsene (ab 16 Jahre) <i>Anmeldung unter 0159-03729452 oder vorstandschafft@tollemogei.de erforderlich.</i>	Tollmoge Geisenhausen e.V.	Treffpunkt: Bushaltestelle in der Frontenhäuser Str. (bei großer Turnhalle)
19.00 - 21.00 Uhr	<b>Schnupperkurs Rock 'n' Roll + Boogie Woogie</b> für Jugendliche und Erwachsene	Vistaler Tanzclub Geisenhausen e.V.	Kleine Turnhalle	

