

Jenny Grassl Heilpraktikerin & Physiotherapeutin mit Spezialisierung in Migränetherapie, Aufrichtung der Wirbelsäule, Atlastherapie, Kiefergelenksbehandlung, Orthopädische Erkrankungen mit Naturheilpraxis im Schloss Tapfheim

Andrea Birthelmer Soul Healing - Astrologin, Energieheilerin und Mentorin für natürliche Gesundheit mit ätherischen Ölen (doterra)

Peter Hofmann 7. Grad Lehrer des Authentischen Reiki: kostenlose Probebehandlungen Authentisches Reiki

HYLA Yvonne Boldi - Informationen und Beratung zum Luft- und Raumreinigungssystem, das die Raumluft reinigt

Andreas Lindner Bela Aqua, Luftreinigung, Wasserqualität und Gesundheit

Delphin Jürgen & Isabella Bergknapp Luft- & Raumreinigungsgerät

Isabella Ackermann Haarmanufaktur Donauwörth, Präsentation und Ausstellung von Haarersatz, Perücken und Haarsystemen; Popcornmaschine

Andrea Geitner Naturseifen bio in liebevoller Handarbeit gefertigt. Öko-Waschmittel, Badebomben, Badepralinen und Badesalz, Shea-Sahne, Lipgloss, Lippenbalsam, Deocreme, Salben uvm.

Annabell Reinhard Humanenergetikerin, Hormoncoach, Nährstoffberaterin mit Schwerpunkt Erschöpfung, Burnout & Ängste. Infos zum Thema Erschöpfung, Omega 3-Tests, Nährstoffinfos über Zinzino (Nahrungsergänzung) und Gewinnspiel

BEMER Partner Karin Stuhlmüller & Christine Kilger Gesundheit per Knopfdruck. Wie einfach kann es sein, die Durchblutung des ganzen Körpers zu verbessern?

Weitere Stände

- **Suchtfachambulanz Donauwörth:** „Rauschbrillen“ an kleinen Stationen zur Erprobung
- **Rheuma-Liga Bayern Arbeitsgemeinschaft: Donauwörth:** Aktiv gegen Rheuma – Infos, Austausch, Unterstützung
- **AOK:** Mini-Tischtennisplatte
- **drs-Service-GmbH:** Was steckt wirklich drin? – Ernährung entdecken und verstehen. Wie gut kennen Sie den Inhalt Ihres Glases? Durch Mitmach-Aktionen für Groß und Klein Ernährung neu entdecken.
- **Skyfit-Premium:** Fitness, Entspannung und Wohlbefinden. Das moderne Fitnessstudio mit Wellnessbereich und vielseitigem Kursangebot kennenlernen
- **Cross Defence School:** Selbstverteidigung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
- **Sanitätshaus Streb:** Venenmessungen



IMPRESSUM:
Herausgeber:

City Initiative Donauwörth e.V. (CID)
Geschäftsstelle im Rathaus, Rathausgasse 1
86609 Donauwörth
Tel: 0906 789-701, cid@donauwoerth.de
www.cid-donauwoerth.de

Fotos:
Redaktion:

Claudia Kretzschmar, Eva Drechsler
Juliana Vindice, Lisa Fricke



**Gesundheits- und
Bewegungstag**

**Samstag,
12. September 2026
von 10 - 17:30 Uhr**

**mit Vorträgen,
Info-Ständen und
Mitmach-
Übungen**

**NEU:
Kinderparcour
mit
Gewinnspiel**

Donauwörther Promenade

www.cid-donauwoerth.de



Bereits zum 17. Mal lädt die City Initiative Donauwörth am **12. September 2026** zum beliebten **Gesundheitstag** in die idyllische Promenade ein. Hier steht ein abwechslungsreiches Programm mit fachkundigen **Vorträgen, Workshops und informativen Ständen** im Mittelpunkt.

Gesundheitsexperten, Therapeuten und Fachleute aus verschiedenen Bereichen präsentieren neueste Erkenntnisse und bewährte Methoden rund um **Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit und Prävention**. Vielfältige Beratungsangebote und Mitmach-Aktionen eröffnen neue Perspektiven für einen gesundheitsbewussten Alltag.

NEU Kinderprogramm: Wir haben mit allen Ausstellern einen spannenden Mitmachparcour für Kinder entworfen, wer genug Stempel sammelt gewinnt tolle Preise. Stationen wie zum Beispiel ein Düfteratespiel, ein Parcour und vieles mehr warten auf die Kleinen.



Gastronomisches Angebot:

Den ganzen Tag gibt es gesunde und leckere Gerichte, Kaffee und Kuchen, Getränke und kleine Snacks im Eventgarten.



10
Uhr

Somatische Yoga-Einheit mit Sonja Christina Stöhr
Bitte eigene Matte mitbringen

11
Uhr

Vortrag: Müde, erschöpft, ausgebrannt - was kann dahinter stecken? Aspekte & Vorbeugung mit Annabell Reinhard, Humanenergetikerin, Hormoncoach, Nährstoffberaterin mit Schwerpunkt Erschöpfung, Burnout & Ängste

11:30
Uhr

Vortrag: Das Authentische Reiki – Ein Weg zu Glück, Gesundheit und Gelassenheit. Burn-Out Prävention und Unterstützung in allen Lebenslagen mit Peter Hofmann, 7. Grad Lehrer des Authentischen Reiki

12
Uhr

BEMER – Mikrozirkulation als Grundlage für mehr Wohlbefinden Wie eine verbesserte Mikrozirkulation den Körper in seiner Regeneration unterstützen kann mit Karin Stuhlmüller



12:30
Uhr

Vortrag: Was hat Haarverlust mit Identität zu tun? mit Haarmanufaktur Isabella Ackermann - Donauwörth

13
Uhr

Vortrag: Die DGE Ernährungspyramide: Dein Schlüssel zu gesunder Ernährung

Im Fokus steht die Ernährungspyramide der Deutsche Gesellschaft für Ernährung, die praktische Tipps für eine ausgewogene Ernährung und einen gesunden Lebensstil liefert

mit Florinda Dibrani, Diätassistentin Drs-Service-GmbH

13:30
Uhr

Zumba®-Workout mit Juliana Vindice, Tanz- und Fitnesstrainerin

14
Uhr

Mitmachen & Bewegen bei Rheuma Funktionstraining für Menschen mit Rheuma

Unser Therapeut zeigt gemeinsam mit der Funktionstrainingsgruppe einfache Übungen mit Rheuma-Liga Bayern Arbeitsgemeinschaft Donauwörth

14:30
Uhr

Vortrag: Zurück zu dir - ganzheitliche Heilung für Körper, Geist und Seele mit Astrologie, Energieheilung und ätherischen Ölen

In diesem Vortrag erfährst du, wie die Deutung deines Geburtshoroskops dir wertvolle Einblicke in deine Persönlichkeit, Potenziale und Lebensthemen gibt, wie energetische Arbeit Blockaden lösen kann und wie ätherische Öle dein Wohlbefinden auf natürliche Weise unterstützen.

mit Andrea Birthelmer, Soul Healing - Astrologin, Energieheilerin und Mentorin für natürliche Gesundheit mit ätherischen Ölen

15
Uhr

Cuban Salsa für Beginner mit Julia und Rapha, Cuban Salsa Power



15:30
Uhr

Bachata für Beginner mit Julia und Rapha, Cuban Salsa Power

16
Uhr

Vortrag: Gesunde Ernährung ohne Diät – lernen, selbstbestimmt gesund zu essen mit Camila Secches Ärztin, spezialisiert auf Endokrinologie und Stoffwechselmedizin

17:00
Uhr

Strong Nation® ist ein intensives Workout für den ganzen Körper, bei dem jede Übung synchron zu speziell produzierter Musik ausgeführt wird mit Juliana Vindice, Tanz- und Fitnesstrainerin

