



**Programm für das Seminar „Bewegung und Entspannung“ 2020**  
**Allgäu Art Hotel**  
**87435 Kempten / Allgäu, Alpenstr. 9**

**Dienstag, 20.10.2020**

Bis ca. 16:00 Uhr	Anreise und Zimmerbezug
17: 00 Uhr	Begrüßung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer Kennenlernen / Vorstellungsrunde
18:30 Uhr	Abendessen

**Mittwoch, 21.10.2020**

08:00 Uhr	Frühstück
09:00 Uhr	Übungen mit Frau Sedlmeier
12:30 Uhr	gleichzeitig für die Angehörigen Qigong und Entspannung mit Herrn Sedlmeier
dazwischen	Kaffeepause
12:30 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Busfahrt zum Archäologischen Park Cambodunum Kempten
14:30 Uhr bis 16:00 Uhr	Rundgang durch den Park
16:30 Uhr	Rückfahrt ins Hotel
18:00 Uhr	gemeinsames Abendessen

**Donnerstag, 22.10.2020**

008:00 Uhr	Frühstück
09:00 Uhr	Übungen mit Frau Sedlmeier
12:30 Uhr	gleichzeitig für die Angehörigen Qigong und Entspannung mit Herrn Sedlmeier
dazwischen	Kaffeepause
12:30 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Spaziergang zur Residenz Kempten
14:45 Uhr	Führung durch die Residenz
17:00 Uhr	Rückkehr zum Hotel



18:00 Uhr

gemeinsames Abendessen

### Freitag, 23.10.2020

08:00 Uhr

Frühstück

09:00 Uhr

Gymnastik mit Thomas

10:00 Uhr

Platz für Kreativität – Möglichkeiten des „Sich-Ausdrückens“ ohne Sprache

12:30 Uhr

Mittagessen

14:00 Uhr

Wanderung zur Basilika St. Lorenz samt Besichtigung und Einkaufen in Allgäu  
Forum durch Aphasiker für ein Fest

18:30 Uhr

Abendessen

19:30 Uhr

Neues vom Aphasiker Landesverband Bayern, Abschiedsfest

### Samstag, 24.10.2020

08:00 Uhr

Frühstück

09:15 Uhr

Busfahrt nach Enzensberg

10:00 Uhr

Führung durch die Fachklinik Enzensberg  
mit kleinen Mittagssnack

12:30 Uhr

Abfahrt zum Königsschloss Hohen Schwangau

15:00 Uhr

Rückfahrt mit dem Bus ins Hotel

18:30 Uhr

Abendessen

### Sonntag, 25.10.2020

08:00 Uhr

Frühstück

09:30 Uhr

Verabschiedung

danach

Heimreise

Im Seminarraum werden alkoholfreie Getränke und Kaffee angeboten.  
Zwischendurch werden Kaffeepausen abgehalten.



Getränke zu Mittag- und Abendessen werden von den Teilnehmern selbst übernommen

Die Busse sind **leider** nicht mit Rollstühlen befahrbar, Rollis werden im Gepäckraum verstaut.  
Rollstuhlfahrer werden beim Ein- und Aussteigen unterstützt.

Mundschutz ist zu tragen. Es gelten die örtlichen Hygienekonzepte!

**Änderungen vorbehalten!**