

Vierzehn Kinder lernen das Kneippen kennen

Kneipp-Verein Garbsen startet Sommerferienaktion



Mit 14 Kindern startete der Kneipp-Verein Garbsen e.V. seine erste Kinder-Sommerferienpassaktion im Stadtpark Garbsen Ende Juli.

Vorstandmitglied Peggy Ahlborn und Vereinsmitglied Nadine Noah übernahmen pünktlich um 13 Uhr die Kinder und nach kurzer Kennlernrunde wurde schon mit dem Kneipp-Allrounder, dem Armbad, begonnen. Auf dem Weg zum Schwarzen See in Garbsen stoppte die Gruppe am Kräuterbeet, auf Wiesen gab es Einheiten in Yoga und Qi Gong sowie Tai Chi. Ein Picknick und freies Spielen auf dem Spielplatz und an den Sportgeräten gehörte natürlich auch zu einem Ferientag.

Zum Ende des Tages gab es eine Kräuter- und Gemüsekunde in Form eines Genusstrainings. Mit geschlossenen Augen durften die Jungs und Mädchen einmal testen wie sich Kräuter, Obst und Gemüse anfühlen, riechen und schmecken.



Ein ausführliches Wassertreten im Tretbecken des Vereins und das Grillen zum Schluss rundeten den Kinder-Kneippstag ab. Die Kinder erhielten an dem Tag einen Einblick in die Gesundheitssäulen des Kneippens mit Aktionen und Spaß.

Und ja, um auf die Frage der Kinder zu antworten, im nächsten Jahr machen wir wieder einen Kneipp-Ferientag!

(Text & Bilder: Peggy Ahlborn / Nadine Noah)



Kontakt:

Kneipp-Verein Garbsen e.V.
Dieter Roggenkamp
Scheelenkamp 34
30827 Garbsen
Telefon 0 51 31 / 47 60 17
kneipp-garbsen@htp-tel.de
www.kneipp-garbsen.de