

Mit Kneipp aktiv und gesund bleiben

Kneipp-Verein Amberg zu Gast im Kneipp-Zentrum Bad Wörishofen



Zum wiederholten Male verbrachten Mitglieder des Kneipp-Vereins Amberg unter der Leitung der Vorsitzenden Evelin Hensel gesundheitsbewusste Tage in Bad Wörishofen; dem Ursprung der Gesundheitslehre des bekannten Pfarrers Sebastian Kneipp.

Eine Schnupperwoche mit den typisch morgendlichen Kneippanwendungen, wie Knie-, Schenkel- und Ganzkörper-Güssen, dem wohltuenden Heusack und kühlenden Wadenwickeln. Tautreten im nahe gelegenen Kurpark, vitaminreiches, gesundes Essen, Barfußlaufen auf dem 1,7 km langen Barfußparcours im herrlich gelegenen Kurpark wurden von den Teilnehmern begeistert angenommen.

Sein Ausspruch zur damaligen Zeit lautete bereits: „Das natürlichste und einfachste Abhärtungsmittel ist das Barfußgehen“!

Eine Gästeführung „Auf Kneipps Spuren“ versetzte die Teilnehmer erneut in Staunen bei der Besichtigung des kleinen Badehäuschens (for Gentleman only – Kneipps erstes Männerbad)

und die historische Wandelhalle, der Schauplatz seiner täglichen gesundheitserzieherischen Vorträge zur damaligen Zeit.

Ein Ausflug mit dem örtlichen Kurseelsorger, Pater Rüdiger nach St. Alban und Kloster Irsee – im Unterallgäu gab Gelegenheit der Aufforderung von Kneipps Zitat: „Vergesst mir die Seele nicht“. (Text: Evelin Hensel)



Kontakt:
Kneipp-Verein Amberg e.V.
Evelin Hensel
Bismarckstraße 4a
92224 Amberg
evelin.hensel@kneipp-lv-bayern.de
www.kneippverein-amberg.de

