

# „Mit Wasser und Bewegung fit“

Kneipp-Verein Berlin e.V. im Hörfunkfeature von Deutschlandfunk Kultur



Nackte Füße, hochgekrempelte Hosen, kalte Güsse, Wassertreten: Fast jeder hat ein klares Bild, wenn vom „Kneippen“ die Rede ist. Doch kaum jemand weiß, dass es sich dabei um ein ganzheitliches Gesundheitskonzept handelt. Dazu gehören neben dem Element Wasser eine gesunde Ernährung, Heilkräuter, Entspannungsmethoden und Bewegung. Kneippen kann man in jedem Alter und man kann damit gar nicht früh genug beginnen. In einigen Kindertagesstätten lernen deshalb auch schon die Aller kleinsten wie man sich mit Kneipp gesund hält. Die rund 600 Kneipp-Vereine, die es in Deutschland gibt, bieten viele Sportkurse an – oft in Verbindung mit Kneippschen Güssen. Gesprächspartner von Sabine Gerlach waren Prof. Dr. Andreas Michalsen /Immanuel-Krankenhaus; Gudrun Beckmann, Vorsitzende des Berliner Kneipp-Vereins; Kneipp-Gesundheitstrainer; Kursteilnehmerinnen- und Teilnehmer; Leiter und Erzieherinnen der Kneipp-Kita Spandau und Kinder der Kneipp-Kita Spandau.

Hier geht's zum Beitrag: [https://www.deutschlandfunkkultur.de/die-kneipp-sche-lebens-und-heilweise-mit-wasser-und.966.de.html?dram:article\\_id=429936](https://www.deutschlandfunkkultur.de/die-kneipp-sche-lebens-und-heilweise-mit-wasser-und.966.de.html?dram:article_id=429936)

Kontakt:

Kneipp-Verein Berlin e. V.  
Aßmannshauer Straße 23 a  
14197 Berlin  
Tel. 030 / 822 43 17  
info@kneipp-verein-berlin.de  
www.kneipp-berlin.de

