

# Gesunde Spiele und eine Libelle als Gast

MitmachZirkus des Kneipp-Vereins Münden bringt Kindern die Kneippschen Naturheilverfahren näher

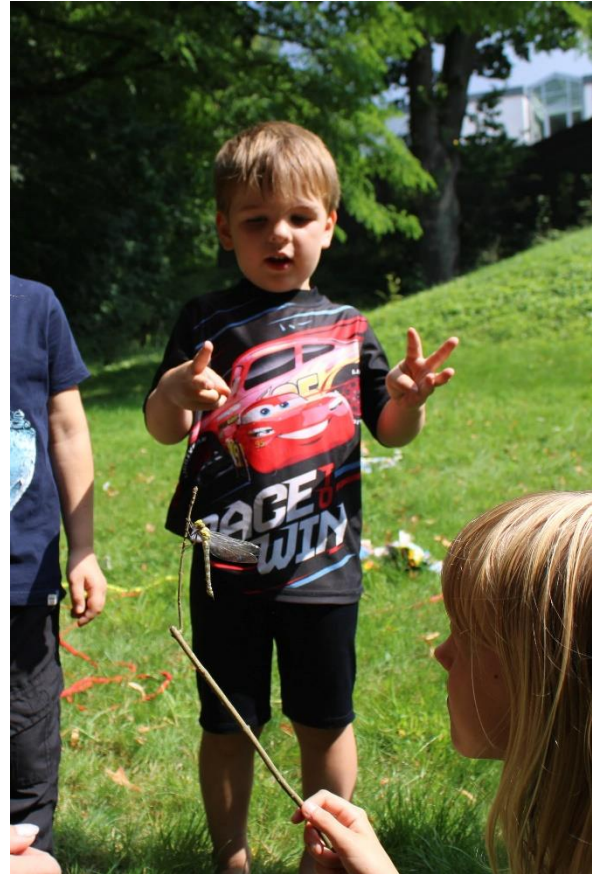


Im Rahmen des Sommer-Ferienprogramms des MitmachZirkus (kurz „MiZi“) lud der Kneipp-Verein Münden am ersten Augustwochenende zu der Aktion „Wassertreten und Spiele“ auf die Kneipp-Anlage im Klinikpark am Vogelsang ein. Zusätzlich zu den vorbereiteten Aktivitäten sorgten das herrlich warme Wetter und eine neugierige Libelle für einen tollen Nachmittag. Eine dunkle Wolke zu Beginn schreckte vielleicht Teilnehmer ab, sie brachte aber keinen Regen und war schnell verzogen.

Das kalte Wasser im Wassertretbecken zog die Kinder wie ein Magnet an. Anstatt Wassertreten war zunächst allerdings eher Plantschen angesagt. Auch das ist für Kinder durchaus gesund. Doch recht bald war auch die Neugier geweckt, was es denn wohl mit dem Wassertreten auf sich hat. Der Kneippianer Stefan zeigte, wie es richtig gemacht wird, und die Kinder machten es ihm nach. Ganz wie Storch Adebar stapften alle durch das Wasser. Wenn es dabei auch noch kräftig spritzte, war die Stimmung umso besser. Das Armtauchbad schien eher etwas für die erwachsenen Teilnehmer zu sein, aber spritzen konnte man auch dort.

Nach dem kühlen Nass ging es auf den Barfußpfad. „Das kribbelt an den Füßen“, meinte der kleine Ben, als er gerade auf dem Kiesfeld eine Verschnaufpause einlegte. Die verschiede-

nen Untergründe sorgen für stimulierende Reize an den Fußsohlen. Je nach Gewöhnung kann es am Anfang bei groben Böden leicht schmerzhaft sein, doch man gewöhnt sich in der Regel schnell daran. Dann wird es sogar angenehm. Das Barfußgehen fördert motorische Fertigkeiten und schult die Sinneswahrnehmung sowie das Koordinationsvermögen, und das nicht nur bei Kindern. Die angeregte Durchblutung macht außerdem kalte Füße schnell wieder warm.



Auf der Wiese warteten bereits die Stationen der Kinderolympiade. Unsere „olympischen“ Disziplinen waren Seilspringen, Akrobatik, Tücher transportieren (mit den Füßen), Zielwerfen mit Plastiktellern und Hula-Hoop. Jede der Übungen konnte bis zu drei Mal absolviert werden. Für Groß und Klein boten sie durchaus die eine oder andere Herausforderung. Eines hatten alle Übungen gemeinsam: Jede war auf ihre Weise gesund. Zum Abschluss konnten sich die Kinder für die erreichten Punkte ihre Preise selbst aussuchen. Bücher und Leckereien gab es für die Teilnehmer reichlich zur Auswahl.

Viele große Augen gab es, als eine Mutter eine Libelle auf einem Zweig herbeibrachte. Das stattliche Tier war wohl neugierig, was wir in ihrem Reich so trieben. Die Libelle zeigte keinerlei Angst, als alle sie staunend betrachteten. Von den Kindern hatte keines zuvor eine lebende Libelle gesehen und auch die Erwachsenen mussten teilweise lange zurückdenken. Diese Insekten sind bei uns leider sehr selten geworden. Wir haben



unseren Gast daher schnell wieder an einen ruhigen Platz gesetzt. Unsere Kneipp-Anlage hat einiges zu bieten. Dazu gehört nicht zuletzt auch eine wunderschöne Natur, die sie umgibt.



© Fotos: Karsten Rohlfs

Kontakt:  
Kneipp-Verein Münden e.V.  
Böttcherstraße 3  
34346 Hann. Münden  
Tel. & Fax: 05541 1825  
[info@kneipp-muenden.de](mailto:info@kneipp-muenden.de)