

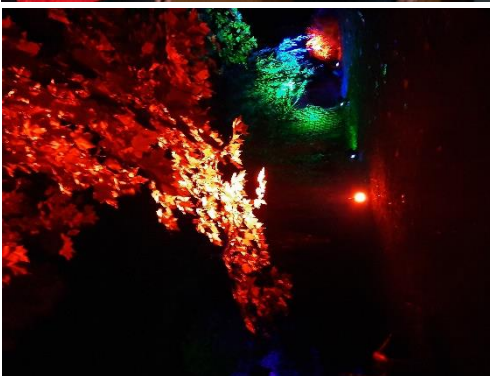
Aktiv und gesund für die Wintersaison

Kneipp-Verein Amberg verbringt Herbstwoche in der Kneippstadt



Oktober 2020 – Die Corona-Pandemie hat uns wieder einmal gezeigt, wie wichtig die Gesundheit ist! Deshalb machte sich eine Gruppe von 22 Teilnehmern vom Kneipp-Verein Amberg auf, eine herbstliche, gesunde Woche in der Kneippstadt von Bad Wörishofen zu verbringen. Wie immer fühlten sich alle sehr wohl im Kneippbund-Hotel - die in den frühen Morgenstunden verabreichten Kneippanwendungen sorgten wiederum für Wohlbefinden und Energie für den Alltag. Die allseits bekannten Fünf Wirkprinzipien nach der Gesundheitslehre von Kneipp wurden von jedem Einzelnen mit Freude wahrgenommen – das tägliche Bewegungsprogramm im nahegelegenen Kurpark mit reichlich Abstand - sorgte für Frischluft und Fitness und ganz nebenbei konnte man die Vielzahl von Kräuter- und Heilpflanzen eingehend auf sich wirken lassen. Der Bürgermeister hieß die Amberger Gruppe bei einem kleinen Empfang herzlich willkommen. Zugleich feierte zu diesem Zeitpunkt die Stadt das Jubiläum 100 Jahre „Bad“. Aus diesem Anlass erstrahlte der Kurpark nachts in schillernden Farben von blau, rot, türkis, gelb grün, magenta und sogar gold – ein gigantisches Farbenspiel und erfreute alle bei einem abendlichen Rundgang durch den gepflegten Kurpark. Ein Abstecher bei strahlender Herbstsonne ließ die Herzen bei einer Allgäuer Panoramafahrt bis nach Obermaiselstein höherschlagen – auch ein Thermenbesuch sorgte mit ausreichend Abstand für Entspannung und Wohlbefinden! Nach dem Motto: mit Kneipp richtig genießen und somit auch kulinarische Genüsse mit der Säule Ernährung täglich mit viel Vitamine in Verbindung zu bringen, rundete die gelungene Kneipp „Wellness“-Woche ab.

1. Vorsitzende Evelin Hensel freute sich, ihre Mitglieder gesund und gestärkt wieder in ihre gewohnte Umgebung zurückzubringen.



Kontakt:

Kneipp-Verein Amberg e.V.

Evelin Hensel

Peter-Vischer-Str.17

92224 Amberg

evelin.hensel@kneipp-lv-bayern.de

www.kneippverein-amberg.de