

Anwassern – Auftakt für die Kneippseason

Das gemeinsame Wassertreten beendet traditionell die Winterpause

Bad Wörishofen/Berlin, 01.04.2023 – Es ist eine schöne Tradition, die bei vielen Kneipp-Vereinen und zertifizierten Kindertages- und Senioreneinrichtungen ein fester Bestandteil im Jahreskalender ist: das Anwassern. Darunter versteht man das erste gemeinsame Wassertreten der neuen Kneippseason, vielerorts verbunden mit einer kleinen Feier. Wenn die Kneipp-Anlagen im Frühjahr wieder mit Wasser befüllt sind, trifft man sich dort, um gemeinsam die ersten Runden durch das kühle Nass zu drehen.

Einen bundesweit festgelegten Termin gibt es dafür übrigens nicht. Das entscheiden die Verantwortlichen je nach den Gegebenheiten vor Ort – bei manchen ist es ein fester Termin, der jedes Jahr am gleichen Tag stattfindet, andere richten sich nach den Temperaturen und dem Wetter und entscheiden dies kurzfristiger. Doch egal ob festgelegt oder flexibel, das Anwassern ist eine besondere Tradition, die in der Kneipp-Bewegung gepflegt wird – und eine gute Möglichkeit noch mehr Menschen für Wassertreten & Co. zu begeistern.

Denn das ganzheitliche Gesundheitskonzept nach Kneipp bietet eine Menge einfacher, kostengünstiger und zugleich wirksamer Methoden der Gesundheitsförderung und Prävention, die gerade durch das Zusammenwirken der Kneippschen Elemente Wasser, Ernährung, Bewegung, Heilpflanzen und Lebensordnung so wirksam sind. Mehr dazu auf www.kneippbund.de



**Kneipp-Bund e.V. -
Bundesverband für
Gesundheitsförderung
und Prävention**

**Kneipp-Zentrum
Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Fon 08247 / 3002 - 162
Fax 08247 / 3002 - 199
presse@kneippbund.de

Berliner Büro

Axel-Springer-Straße 54 b
10117 Berlin
Fon 030 / 200 77 - 095
Fax 030 / 200 77 - 073
berlinerbuero@kneippbund.de

www.kneippbund.de
www.kneippvisite.de
www.facebook.de/kneippbund
www.kneippverlag.de
www.kneippakademie.de
www.kneippschule.de
www.kneippbundhotel.de
www.die-natur-hilft.de



Der Kneipp-Bund e.V. ist mit seinen 1.200 Kneipp-Vereinen, zertifizierten Einrichtungen und Fachverbänden die größte private deutsche Gesundheitsorganisation. Als unabhängiger und gemeinnütziger Dachverband erreichen wir insbesondere durch das ehrenamtliche Engagement unserer Kneipp-Vereine rund 200.000 Menschen, die täglich mit den Kneippschen Naturheilverfahren in Berührung kommen. Seit 1897 setzen wir uns für einen gesunden und naturverbundenen Lebensstil ein. Viele Menschen haben sich in den vergangenen rund 125 Jahren mit Überzeugung und Leidenschaft für die Lehre Sebastian Kneipps engagiert und an der nachhaltigen Entwicklung bis hin zum immateriellen Kulturerbe mitgewirkt. Das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp wurde stetig und auf Basis neuester wissenschaftlicher Forschungsergebnisse weiterentwickelt und umfasst heute fünf Elemente: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Hinter diesem ganzheitlichen Ansatz verbirgt sich die Erkenntnis, dass ein hoch wirksames Immunsystem, eine umfassende körperliche Fitness und eine überdurchschnittliche Stressresistenz die Selbstheilungskräfte anregt und die Widerstandsfähigkeit stärkt. Dies sind unverzichtbare Voraussetzungen für den Lebens- und Arbeitsstil unserer Zeit.

**Kneipp-Bund e.V. -
Bundesverband für
Gesundheitsförderung
und Prävention**

**Kneipp-Zentrum
Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Fon 08247 / 3002 - 162
Fax 08247 / 3002 - 199
presse@kneippbund.de

Berliner Büro

Axel-Springer-Straße 54 b
10117 Berlin
Fon 030 / 200 77 - 095
Fax 030 / 200 77 - 073
berlinerbuero@kneippbund.de

www.kneippbund.de
www.kneippvsite.de
www.facebook.de/kneippbund
www.kneippverlag.de
www.kneippakademie.de
www.kneippschule.de
www.kneippbundhotel.de
www.die-natur-hilft.de

