Ressort: Gesundheit

Rallye im Wasser

201 Jahre Sebastian Kneipp

Bad Lauterberg, 17.05.2022, 04:10 Uhr

GDN - Bad Lauterberg ist ein Ort im Harz, der mit viel frischer Luft und klarem Wasser aufwartet. Hervorragende Bedingungen, um auf den Spuren von Sebastian Kneipp zu wandeln, der heue seinen 201. Geburtstag feiert.

Eine Kernanwendung nach Kneipp ist das Wassertreten, mit dem Bad Lauterberg in ausreichendem Maße aufwarten kann. Das lag es nahe, dass das Stadtmarketing und der Kneipp-Verein Bad Lauterberg eine Wasser-Tretstellen-Rallye ins Leben gerufen haben. Diese neue Bad Lauterberger Attraktion gibt es seit 2021, also jenem Jahr, in dem Kneipp seinen 200. Geburtstag gefeiert hat.

Die Teilnehmer an der Rallye müssen zunächst die Tretstellen ausfindig machen und dann Wassertreten. Neun Stempel müssen am Ende der Rallye auf der Teilnehmerkarte vorhanden sein. Wenn das geschafft ist, wartet eine Überraschung an der Tourist-Info.

Das schöne ist, dass das Stempelheft nicht nur dazu gedacht ist, Stempelabdrücke zu sammeln. Es enthält auch zahlreiche Informationen über Kneipp und seine Gesundheitslehre. Die Autoren gehen auf die fünf Elemente Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen, Lebensordnung (Ballance) und Wasseranwendungen ein.

Im Bewegungsteil wird für die Trimm-Dich-Sportgeräte im Kurpark geworben, wo etwas für Arme und Rücken getan werden kann. Im Ernährungsteil werden interessante Rezepte vorgestellt. Wie wäre es mit Möhrenpuffer mit Joghurt-Sauce? Und wer nach so vielen Informationen eine Erfrischung braucht, dem empfehle ich ein Armbad im Kurpark.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-124039/rallye-im-wasser.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV: Hartmut Butt

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich. Hartmut Butt

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619