

# Kneipp-Saison eröffnet

Kneipp-Verein Landshut veranstaltet ersten Kneipp-Gesundheitstag  
am 9. Juni im Stadtbad

Mit dem Hissen der neuen Fahne des Kneipp-Vereins Landshut wurde zum 197. Geburtstag des Naturheilkundlers Sebastian Kneipp am 17. Mai die Kneipp-Saison im herausgeputzten Landshuter Stadtbad, im sogenannten Kneippwinkel, von der 1. Vorsitzenden, Stadträtin Ingeborg Pongratz, eröffnet.



Mitglieder und Vorstandschaft trafen sich in froher Runde bei Cafe und Kuchen und konnten endlich wieder die Wasseranwendungen im Wassertretbecken, dem Armbad oder wohltuende Güsse genießen. Vorab ging ein Tag der Säuberung – Frühjahrsputz unter der Leitung von Ingrid Kraheberger mit ihren Helfern voraus. Auf gutes Wetter hoffend, wird der Kneippwinkel täglich von Mitgliedern genutzt und auch dem Jahresmotto „Miteinander-Füreinander“

Rechnung getragen. Pfarrer Sebastian Kneipp drückte es so aus: „Wer bemüht ist, sein eigenes Glück zu suchen, der ist auch den anderen gern behilflich dazu“. Der Landshuter Traditionsverein besteht seit 1924 und hat über 250 Mitglieder mit steigender Tendenz. Das Areal im Stadtbad ist von der Stadt gepachtet, wird seit 1965 genutzt und ist die Grundlage des Kneipp-Vereins Landshut. Ein gesundes Leben im Einklang mit der Natur ist das Ziel der Kneipp-Bewegung. Aus der ursprünglichen Wasser- und Kräuterheilkunde von Sebastian Kneipp (1821 – 1897) hat sich ein anerkanntes Naturheilverfahren und Präventionskonzept entwickelt, das auf den fünf Elementen Wasser, Bewegung, Heilpflanzen, Ernährung und Lebensordnung basiert. Kneipps Lehre zu verbreiten und zur Gesundheit möglichst vieler Menschen vorsorglich beizutragen, ist das Bestreben jeder der 120 Kneipp-Vereine in Bayern, die nach den Grundlagen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) in den Bereichen Gesundheitsförderung und Gesundheitsbildung ehrenamtlich arbeiten.

The poster features a woman in a grey tank top with her arms raised in a field at sunrise. The top left has a green leaf logo. The top right shows the 'Kneipp Bund' logo with the tagline 'aktiv & gesund'. The main title is 'KNEIPP GESUNDHEITSTAG' with the quote '„Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“'. The date '09.06.2018' is prominently displayed, followed by the time '10:30 - 16:00 im Stadtbad Landshut (Schwimmschule)'. A blue box on the right says 'THEMEN UND REFERENTEN' with an arrow. At the bottom, it states 'Bei Schlechtwetter entfällt die Veranstaltung.'

Zum ersten Mal bietet der Kneipp-Verein Landshut in Kooperation mit den Stadtwerken am Samstag, 9. Juni von 10.30 bis 16 Uhr für die Besucher unter der Federführung von der zweiten Vorsitzenden Sigrid Sikorski und Vorsitzender Ingeborg Pongratz ein Gesundheitsprogramm für jedes Alter an, bzw. ab 13 Uhr, 14 und 15 Uhr ein Kinderprogramm für 6 – 12 Jährige. Um 10.30 werden die beiden Vorsitzenden mit dem Leiter der Stadtwerke, Armin Bardelle und Gerold Gnatz die Begrüßung vornehmen und um 12 Uhr wird Schirmherr Oberbürgermeister Alexander Putz offiziell den Kneipp-Gesundheitstag eröffnen.

Für die eigene Gesundheit gibt es praktische und theoretische Tipps. Alle fünf Wirkprinzipien von Sebastian Kneipp werden an diesem Tag angeboten wie ein Einführungskurs zu den Wasseranwendungen mit praktischer Ausprobiermöglichkeit, mit Kneipp zu starken Nerven

– Gesund mit Heilpflanzen auf Feld und Flur und Kneipps Lieblingskräuter. Zur Bewegung: Faszien gegen Osteoporose, Yoga-Schnuppereinheit und Blitzenzspannung für Schulter, Nacken und Rücken, „Bewegte Pause“- Grundlagen einer gesunden und umweltgerechten Ernährung - Richtige Lebensmittelauswahl und zur Lebensordnung mit den Themen: Gesundheit mit Gedanken/Glaube(n) aktivieren- Leichter leben im Rhythmus – Barfuß zur Achtsamkeit. Das kostenlose Angebot findet verteilt im Stadtbad statt. Das ausführliche Programm liegt an der Kasse des Stadtbades auf und kann auf der Homepage des Kneipp-Verein Landshut eingesehen werden. Anfragen nehmen gerne die Vorsitzende Ingeborg Pongratz, Telefon 61622 oder stellvertretende Vorsitzende Sigrid Sikorski, Tel. 66453 oder unter der Mail Adresse: [ingeborg.pongratz@web.de](mailto:ingeborg.pongratz@web.de) entgegen.

Kontakt:  
Kneipp-Verein Landshut e.V.  
Ingeborg Pongratz  
Alpspitzweg 1  
84034 Landshut  
0871 / 61622  
[ingeborg.pongratz@web.de](mailto:ingeborg.pongratz@web.de)