

27. Februar 2013

Belebende Auszeit im Frühjahr: Kneipp & Co. gegen Burnout und Stress

Die Europa-Gesundheitsregion Oberösterreich-Bayern ist vor allem im Frühjahr ein ideales Reiseziel zum fit werden und fit bleiben – Neu: Mit „Traditioneller Europäischer Medizin“ im Urlaub der Hektik des Alltags entfliehen.

Passau/Linz – Das hätte sich Gesundheitspfarrer Sebastian Kneipp wohl kaum träumen lassen: Im Herzen Europas erlebt Kneipps seit 150 Jahren bewährte Gesundheitstherapie jetzt selbst eine Verjüngungskur. In den Gesundheits-Urlaubszentren im Bayerischem Wald und im Donautal, im Bayerischen Golf- und Thermenland, zwischen den Seen des Voralpenlands und den Höhenzügen des österreichischen Böhmerwalds, hat die „junge Kneipp-Kur“ gerade jetzt im Frühjahr Konjunktur: Die Verbindung der Heilanwendungen des Pfarrers Kneipp mit erholsamer Entspannung erweist sich dabei als wirkungsvolles Urlaubsrezept gegen viele Gesundheitsprobleme unserer Zeit.

Auch in der modernen Medizin setzt sich zunehmend die Erkenntnis durch, dass vor allem die Selbstheilungskräfte des Körpers der Schlüssel für wirkungsvolle Heilprozesse ist. „Die Kunst der Medizin und der Heilmittel besteht deshalb vor allem darin, die Selbstheilung zu fördern“, schrieb kürzlich ein angesehenes deutsches Ärzteblatt. Kneipps Gesundheitstherapie tut genau dies seit 150 Jahren.

Wiederentdeckt: die Traditionelle Europäische Medizin

In der Region Oberösterreich-Bayern gibt es heute ein breites Angebot für diese Art des Gesundheitsurlaubs in Verbindung mit Kneipps Gesundheitslehre. Die Ideen zu „Kneippen und Meditieren“, für „Kneippen und Reiten“ oder auch die „Kneippkur für Manager“ wurden hier geboren. Eines der Aushängeschilder in dieser Kneipp-Urlaubswelt ist Bad Kötzing, Europas jüngster Kneipp-Kurort am Tor zum Bayerischen Wald. Einen Kneipp-Schnuppertag inklusive Anwendungen, Massage und einer Übernachtung gibt es hier bereits ab 63 Euro.

PRESSEKONTAKT:

Oberösterreich Tourismus
Freistädter Straße 119
A-4041 Linz

Ansprechpartnerin:
Sabine Günterseder

Email: presse@oberoesterreich.at
Tel. +43 (0)732 / 7277 552

Tourismusverband Ostbayern e.V.
Im Gewerbepark D04
D-93059 Regensburg

Ansprechpartnerin:
Ulrike Eberl-Walter

eberl-walter@ostbayern-tourismus.de
Tel. +49 (0) 941/58539-12



www.ostbayern-tourismus.de



In den Gesundheitszentren Oberösterreichs ist die Kneipp-Kur mittlerweile auch Rückgrat einer neu belebten „Traditionellen Europäischen Medizin“, die - vergleichbar mit der Traditionellen Chinesischen Medizin - nach gesundheitsfördernder Harmonie von Körper und Geist strebt. Weil dies nirgendwo besser gelingt als in klösterlicher Umgebung, sind die oberösterreichischen Klosterorte Aspach, Bad Kreuzen und Bad Mühlacken in den letzten Jahren zu Pilgerstätten für die wachsende Zahl der Kneipp-Urlauber geworden.

Die fünf Säulen der Gesundheitslehre von Pfarrer Sebastian Kneipp – ausgewogene Ernährung, Bewegung an der frischen Luft, Wasser, Heilkräuter und ein bewusster Lebensstil – treffen mehr denn je den Nerv der Zeit. Sie sind ein natürliches Rezept zur Selbstheilung bei Stress, Burnout, Erschöpfung und vielen anderen Gesundheitsproblemen im Alltag. Sie sind auch das ideale Begleitprogramm für einen Fit-Aktiv-Urlaub gerade jetzt im Frühjahr zur Stärkung der Abwehrkräfte des Körpers und gegen die Hektik des Alltags.

Gesundheitsurlaub ohne Grenzen

Der neue Trend zu Kneipps heilenden Rezepten wächst im Herzen Europas auf einem gesunden Boden: Die oberösterreichische Bäderregion und das Bayerische Golf- und Thermenland sind heute gemeinsam die führende Gesundheitsurlaubsregion in Europa. Die beliebtesten „Gesundbrunnen“ Europas sprudeln hier zwischen der Donau und dem Voralpenland: Der Trend zum Gesundheitsurlaub, der Wunsch nach mehr Medical Wellness und wohltuender Entspannung beschert der Europa-Spa-Region wachsende Besucherzahlen aus der ganzen Welt.

Nirgendwo auf dem Kontinent ist zudem das Wellness-Angebot so vielfältig und das Spektrum an medizinischen Heilangeboten größer als in dieser besonderen Gesundheitsurlaubswelt. Auch Europas übernachtungsstärkster Kurort Bad Füssing mit jährlich 1,8 Millionen Besuchern liegt in dieser Europa-Spa-Region, die 17 Heilbäder und Kurzentren zwischen Linz in Oberösterreich und im Bayerischen Golf- und Thermenland umschließt.

17 Gesundheitszentren – 17 Mal anders

Jeder dieser 17 Kurorte ist anders und bietet seinen Gästen Besonderes: Bad Füssing mit seinem legendären Heilwasser bei Rücken- oder Gelenkproblemen oder Bad Griesbach, das größte Golfressort Europas zwischen den Thermen. Bad Schallerbach begeistert mit seiner zukunftsweisenden Kur- und Wellnesswelt,

PRESSEKONTAKT:

Oberösterreich Tourismus
Freistädter Straße 119
A-4041 Linz

Ansprechpartnerin:
Sabine Günterseder

Email: presse@oberoesterreich.at
Tel. +43 (0)732 / 7277 552

Tourismusverband Ostbayern e.V.
Im Gewerbepark D04
D-93059 Regensburg

Ansprechpartnerin:
Ulrike Eberl-Walter

eberl-walter@ostbayern-tourismus.de
Tel. +49 (0) 941/58539-12



Geinberg an der österreichisch-bayerischen Grenze mit einer „World of Wellness“, die ihresgleichen in Europa sucht.

Heilsamer Motor des gemeinsamen Erfolgs der Kurorte ist das entspannende und vor allem heilwirksame Thermalwasser, das in allen Kurorten an der bayerisch-österreichischen Grenze zum Teil über 50° C heiß aus bis zu 1000 Metern Tiefe sprudelt. Es eignet sich auch ideal für die den Kreislauf belebenden Kalt-Warm-Wechselbäder, wie Sebastian Kneipp sie empfohlen hat. Der Gesundheitspfarrer wäre sicher begeistert von diesen sprudelnden natürlichen Heilquellen, die allerdings erst Mitte des letzten Jahrhunderts auf der Suche nach Erdöl entdeckt wurden.



Als Urlaubsziel zum Gesundbaden ideal: Bad Kötzing, Europas jüngster Kneipp-Kurort am Tor zum Bayerischen Wald in Ostbayern.

Foto: Tourismusverband Ostbayern



Kneippen in klösterlicher Umgebung, angeleitet von heilkundigen Nonnen bieten in diesem Jahr eine ganze Reihe von Klöstern in Oberösterreich an.

Foto: Marienschwestern/Der Wolf

Hinweis für die Redaktion: Weitere Presstexte und attraktive Fotos in Druckqualität finden Sie im Internet unter <http://grenzenlos.newswork.de>

Diese Aussendung wird unterstützt aus Mitteln der Europäischen Union. Wir bitten Sie daher, bei Verwendung des Textes das entsprechende Logo mit abzdrukken. (siehe Downloads unter <http://grenzenlos.newswork.de>)

PRESSEKONTAKT:

Oberösterreich Tourismus
Freistädter Straße 119
A-4041 Linz

Ansprechpartnerin:
Sabine Günterseder

Email: presse@oberoesterreich.at
Tel. +43 (0)732 / 7277 552

Tourismusverband Ostbayern e.V.
Im Gewerbepark D04
D-93059 Regensburg

Ansprechpartnerin:
Ulrike Eberl-Walter

eberl-walter@ostbayern-tourismus.de
Tel. +49 (0) 941/58539-12

