

Die 5 Säulen des Sebastian Kneipp

Die Gesundheit und Gesundwerdung war Pfarrer Sebastian Kneipp ein großes Anliegen. Sein gesamtheitlicher Ansatz beruht zum Großteil auf Beobachtungen und Erfahrungen. Wichtig waren für ihn dabei diese 5 Säulen:

Wasser Die wohl bekannteste aller Kneippanwendungen ist die Wassertherapie wie Kneippgüsse, Wassertreten und Bäder mit kalten und warmen Wasser.

Bewegung Aktive und passive (wie Massagen) Bewegung umfasst alles, was gut tut. Bewegung fördert nicht nur Wohlbefinden und Fitness, sondern auch die Gelassenheit und hebt die Stimmung.

Ernährung Um den Körper auch von innen zu stärken, empfiehlt Sebastian Kneipp eine vielseitige Vollwertkost, nicht nur, um schlank zu bleiben oder zu werden, sondern vor allem, um eine ausreichende Versorgung mit allen wichtigen Vitaminen, Mineralstoffen und weiteren Nährstoffen zu gewährleisten.

Heilpflanzen Hauptsächlich heimische Kräuter hat Sebastian Kneipp verwendet, um mit deren Hilfe eine sanfte Heilung herbei zu führen.

Ordnung Hierbei ging es Sebastian Kneipp hauptsächlich um die innere Balance. Bei seelischen Ungleichgewichten wie zu viel Stress oder falscher Ernährung hilft oft eine gesamtheitliche Umstellung der Lebensumstände, Ruhe und Entspannung.

Der Priener Kneippweg ist eine Initiative des Kneippvereins, im Priener Faltpfad „Wanderparadies“ als Wanderweg Nr.5 gekennzeichnet.

Wir bedanken uns für die finanzielle Unterstützung bei:



mehr Informationen unter:

www.tourismus.prien.de www.kneippvereinprien.de



Priener Kneippweg

VOM CHIEMSEE-UFER BIS INS EICHENTAL



www.tourismus.prien.de

Liebe Prienerinnen und Priener, liebe Gäste, Freunde,
Förderer und Anhänger der Kneippkultur,

der Markt Prien am Chiemsee war der erste und ist bis heute der einzige Ort in Oberbayern, der das Prädikat „Kneippkurort“ führen darf. Bereits im Jahr 1960 wurde unserem wunderschönen Ort am Bayerischen Meer diese Auszeichnung verliehen. Die große Bekanntheit unseres Ortes in Deutschland und bei seinen angrenzenden Nachbarn erstreckt sich auf unterschiedlichste Bereiche, die Sie in Prien entdecken und erleben können. Mit der Anerkennung der Kneipp-Naturheilverfahren als immaterielles Weltkulturerbe in 2015 erfährt unser Kneippkurort eine besondere Aufmerksamkeit.

Auf dem Priener Kneippweg laden Sie drei Kneippbecken und ein Barfußweg zu Kneippanwendungen ein. Vor dem Heimatmuseum ist ein Kräutergarten angelegt. Ganzjährig stehen Ihnen die Kneippeinrichtungen im PRIENAVERA Erlebnisbad offen. (regulärer Eintritt) Genießen und erleben Sie Prien mit allen Kneipp-Sinnen.

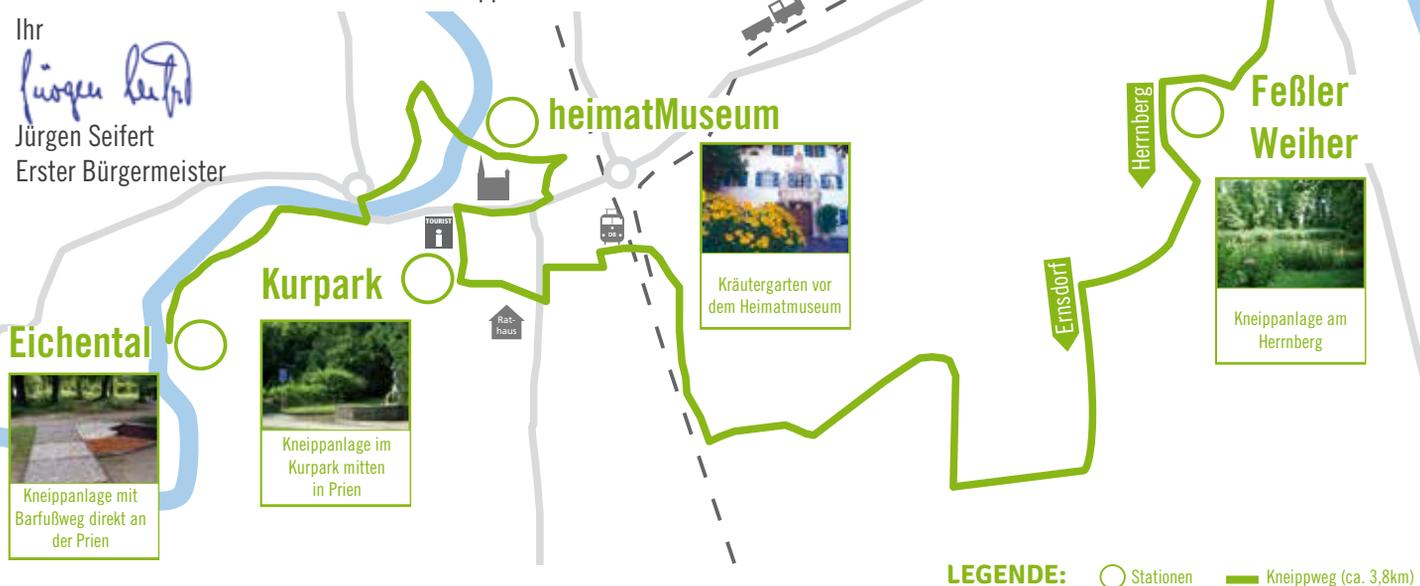
Ihr
Jürgen Seifert
Jürgen Seifert
Erster Bürgermeister



PRIENAVERA Erlebnisbad



PRIENAVERA
Erlebnisbad



Kräutergarten vor
dem Heimatmuseum



Kneippanlage am
Herrnberg



Kneippanlage im
Kurpark mitten
in Prien



Kneippanlage mit
Barfußweg direkt an
der Prien

LEGENDE: ○ Stationen — Kneippweg (ca. 3,8km)

DB BAHN
Oberbayernbus

Ortsverkehr Prien:
Bahnhof - Hafen

Regelmäßiger Regionalverkehr der Linie 9424
Fahrplan und Infos im Tourismusbüro Prien erhältlich
www.tourismus.prien.de
www.rvo-bus.de

CHIEMSEE
SCHIFFFAHRT

Chiemseebahn:
Bahnhof - Hafen

Von Mai bis Oktober Linienverkehr der letzten
legendären Dampfstraßenbahn mit Waggonen aus
den Jahren 1887/88. Fahrplan und Infos bei der
Chiemsee-Schiffahrt und im Tourismusbüro Prien
www.chiemsee-schiffahrt.de
www.tourismus.prien.de