



## Kneipp Ferien in Bad Wörishofen vom 19. April bis 3. Mai 2015

Sonntagmorgen, 19. April. Wir stehen bereit mit gepackten Koffern und erwartungsvollen, fröhlichen Gesichtern. Schon hält der Rattin Car am vereinbarten Treffpunkt und wir Teilnehmerinnen aus Schleithem und Beggingen besteigen erwartungsvoll den gut geheizten Bus. Heute ist ein sonniger, heller Tag, aber eine eiskalte Bise weht uns um die Ohren. Andy, der stets freundliche und zuvorkommende Chauffeur verfrachtet unser Gepäck und los geht es Richtung Schaffhausen. Im Bus begrüßen wir die beiden Frauen aus dem Klettgau. Auf der Fahrt bis Thayngen sammeln wir alle Kneippianer aus dem Kanton und Umgebung, die mit uns nach Bad Wörishofen fahren, ein. Eine muntere, erwartungsvolle Schar genießt das Reisen im bequemen Car und alle freuen sich auf die Fahrt in den sonnigen Frühlingsmorgen sowie auf eine tolle Ferienwoche, oder auch zwei, in Bad Wörishofen. Nach dem Grenzübertritt werden wir von Hilde begrüßt, in ihrer stets freundlichen, sonnigen Art. Sie hat auch dieses Jahr die ganze Reise mit allem Drum und Dran organisiert und alle Details bedacht. Gut aufgehoben und in bester Stimmung reisen wir Richtung Meersburg, wo uns der Chauffeur an bester Adresse zum Znüni Kaffee aussteigen lässt.

Auf unserer Weiterfahrt staunen wir immer wieder über die tolle Fernsicht. Überwältigend sind die noch verschneiten Allgäuer Alpen, die wir noch öfters sehen werden in dieser Woche. Pünktlich zum Mittagessen kommen wir im Sebastianeum in Bad Wörishofen an und werden von allen Mitarbeitern aufs herzlichste begrüßt. Gleich geht es in den Speisesaal, wir setzen uns an die gedeckten Tische und werden verwöhnt – eine ganze Woche lang. Fein essen und trinken, sich bedienen lassen, nichts tun und nur genießen, das sind wirkliche Ferien. Nach dem Dessert werden die Zimmerschlüssel verteilt und wir dürfen unsere Bleibe für diese Woche oder zwei beziehen. Niemand muss Koffern schleppen, die Heinzelmännchen haben das besorgt und wir können gemütlich auspacken und uns einrichten.

Am Montag haben alle ihren Termin bei dem zuständigen Arzt und erhalten schnellstens den Therapieplan für die ganze Woche. Viele schöne, angenehme, wohltuende Anwendungen stehen auf dem Programm, zum Beispiel die Kneipp Güsse, Wassergymnastik, Frühturnen mit Tautreten, Muskeltiefenentspannung, Atemgymnastik, Qi Gong, Smovey-Walking, Massagen, Wickel, und vieles mehr. Dazwischen immer wieder eine Ruhepause und genügend Zeit für Gespräche, Wanderungen im Park oder einen Einkaufsbummel im Städtchen.

Das Kneippresort Sebastianeum liegt an der blumengeschmückten Kurpromenade mit vielen schönen Läden und Cafés mitten in der Stadt, nahe beim Kurhaus. Sehenswert sind die beiden grossen Barockkirchen und das Pfarrhaus von Pfarrer Kneipp.

Am Donnerstag Nachmittag wandern wir in der Gruppe nach Hartenthal, von wo man bei klarer Sicht die Zugspitze, höchster Berg Deutschlands, sehen kann. Leider ist es an diesem Nachmittag leicht bedeckt, umso mehr schätzen wir den feinen Kuchen oder den Windbeutel mit viel Sahne. Danke Gerhard, du hast uns einmal mehr verwöhnt. Wer nicht laufen mag, kann das Ziel leicht mit dem Bus erreichen. Kennt ihr „Seele baumeln lassen“? Sicher. Aber „Beine baumeln lassen“ das ist ein ganz neues Gefühl. Sehr zu empfehlen. Es fördert die Lachmuskeln und tut unheimlich gut. Leider nur auf diesem Weg nach Hartenthal zu erfahren.

Am Samstag machen wir uns auf den Weg nach Schlingen in den Jagdhof. Versuchung pur. So schöne und feine Torten, da müssen wir zugreifen. Als Ausgleich laufen wir den halben Weg zurück und hören noch den Kuckuck rufen.

Die wunderbaren Tage haben auch Abende: Für Konzerte (und das kleine Schwarze), das Kabarett, den Kinofilm, Vorträge oder einfach zum Plaudern, Wein trinken, in Gesellschaft sein.



Zum Glück haben wir Hilde dabei, sie organisiert die Ausflüge, gibt uns immer wieder geduldig Auskunft, besorgt die Tickets für die Konzerte und trinkt am späten Abend noch einen Schlummertrunk mit uns, so dass wir alle zufrieden und ruhig in unsere Betten kriechen können. Wassertreten kann jeder für sich machen, das soll ein gutes Einschlafmittel sein. Am Sonntag gibt es einen Wechsel. Andy bringt mit dem Car eine neue Gruppe und wir, die wir nur eine Woche gebucht haben, fahren wieder nach Hause. Wir verabschieden uns vom Sebastianäum, von den Teilnehmern, die eine weitere Woche bleiben und dem schönen Kneippkurort Bad Wörishofen. Nach dem Mittagessen fahren wir los und kommen zügig voran, erleben Süddeutschland im schönsten Frühlingsgewand und genießen diese wunderbare Fahrt bei schönstem Wetter und im bequemen Luxuscar. Wir danken dir, liebe Hilde für die super Organisation, für die vielen guten Tipps, deine Hilfsbereitschaft und Geduld. Ansteckend ist deine Freude und Begeisterung für die Lehre von Sebastian Kneipp.

Trudi Schudel





