

Gesundheit und Wohlbefinden mit Kneipp

Die Lehre nach Pfarrer Sebastian Kneipp setzt sich aus den fünf Elementen Wasser, Bewegung, Kräuter, Ernährung und Lebensordnung zusammen, welche im Zusammenspiel miteinander für einen gesundheitsbewussten Lebensstil und ein ganzheitliches Naturheilverfahren stehen.

„Die Natur ist die beste Apotheke.“

Sebastian Kneipp



Öffnungszeiten Kneipp Halle Werderum

Öffnungszeiten: Schlüssel im „Ankerplatz Werderum“ und in der Tourist-Information erhältlich. (in den Wintermonaten November bis Ende Februar geschlossen)
Freier Eintritt bei Vorlage der Nordsee-ServiceCard

Anschrift Kneipp Halle

Gastriege 31, 26427 Werderum

Heimat- und Verkehrsverein Werderum e.V.
Raiffeisenplatz 1, 26427 Werderum
Telefon: 04974990099
www.werderum.de

Kneippverein Esens und Umgebung e.V.

Edith Ammermann
Telefon: 049713666
E-Mail: info@kneippverein-esens.de



Bleib fit - KNEIPP MIT!



Kneipp-angebote in Werderum



www.werderum.de



Kneipphalle

Direkt am „Ankerplatz“ in Werdum

Das überdachte Wassertretbecken ist in seiner Art einzigartig in Deutschland. Die Kneipphalle wurde im Jahr 2002 erbaut und zeichnet sich durch ein besonderes Ambiente aus. Bei angenehmer Musik und einem leise vor sich hinplätschern – den Wasserfall kann man auf den Komfortliegen herrlich entspannen.

Wie das richtige Wassertreten funktioniert, erklärt Ihnen das vor Ort vorhandene Informationsmaterial.

Eintritt mit Nordsee-ServiceCard kostenfrei;
ohne Nordsee-ServiceCard 2,50 € pro Person.
Nutzung der Kneipphalle ab 18 Jahre.

Wassertreten aber richtig

Von Mai bis Oktober immer am 1. Montag ab 17.00 Uhr
in der Kneipphalle

Kneipptag

1x jährlich um den Geburtstag von Sebastian Kneipp

Die genauen Veranstaltungstermine finden Sie im
Veranstaltungskalender.



Armbad

Im Haustierpark, beim Taubentunnel

Die Tasse Kaffee des Kneippianners. Ein kaltes Armbad
erfrischt und regt an.

Kräutergarten

Im Haustierpark

Lernen Sie die verschiedenen Kräuter und
ihre Wirkung kennen.

Fitness-Parcours

Direkt neben dem großen Kinder- spielplatz

An verschiedenen Stationen können
Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit
trainiert werden. Nutzung der Anlage
ab 14 Jahre, kostenfrei.

Barfußpfad und Tautretwiese

Direkt neben dem Fitness-Parcours

Barfußlaufen ist gesund! Durch das Barfußlaufen
werden die Fußreflexzonen angeregt und erreichen
dadurch viele Organe des Körpers. Barfußlaufen
erhöht die Widerstandskraft, regelt den
Blutkreislauf, macht munter und ist
gut gegen kalte Füße.