



## Bewegung für Körper und Geist nach Kneipp

**Wasser, Ernährung, Bewegung, Heilkräuter und Lebensordnung: Auf dieser Wanderung entlang des Kraftortes Barbianer Wasserfall erfahren wir an uns das ganzheitliche Gesundheitskonzept von Pfarrer Kneipp.**

Beim Wassertreten im kühlen Gebirgsbach aktivieren wir Körper und Geist und beim Barfußgehen im frischen Frühlingsgras spüren wir den Boden unter unseren Füßen. Wir lernen die Kraft der Heil- und Wildkräuter am Wegesrand und im Bio-Kräuterhof „Kreitla“ kennen und entspannen bei einer Tasse Kräutertee. Im mystischen Dreikirchen entdecken wir heilsame Stille und unterm klaren Frühlingshimmel bringen uns Entspannungsübungen ins Gleichgewicht. Eine erfrischende und zugleich erholsame Wanderung auf Kneipps Spuren, die lange in uns nachwirkt!

**Durchführung:** 18. Mai bis 8. Juni 2017, donnerstags, 10–16 Uhr

**Veranstaltungsort:** Barbianer Wasserfälle

**Treffpunkt:** Tourismusbüro Barbian

**Teilnehmer:** max. 20 Personen

**Teilnahmegebühr:** 10 € (mit Gästekarte kostenlos)

**Weitere Informationen:** Einkehr geplant,  
Speisen und Getränke nicht im Preis inbegriffen

**Anmeldung & Info:** Anmeldung bis zum Vortag  
Tourismusbüro Barbian, T +39 0471 654 411, [info@barbian.it](mailto:info@barbian.it)  
Tourismusbüro Klausen, T +39 0472 847 424, [info@klausen.it](mailto:info@klausen.it)



**Expertin:** Rosmarie Rabanser Gafriller

*Lehrerin in Pension, geprüfte Wanderführerin,  
Autorin verschiedener Wanderführer*



**Expertin:** Elisabeth Sagmeister Prader

*Lehrerin in Pension, geprüfte Wander- und Fremdenführerin*