

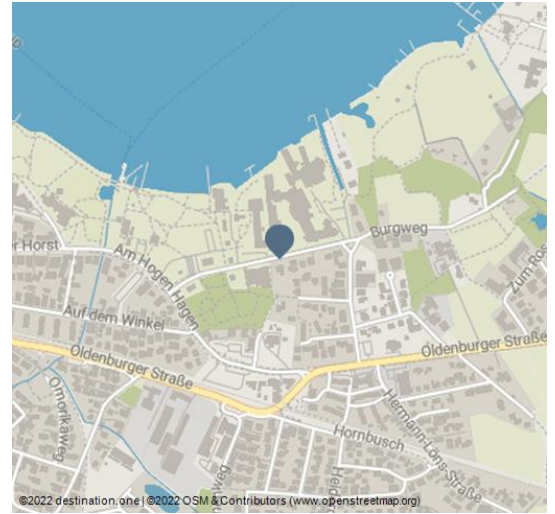


# Kneippbecken

Sehenswertes



bearbeitet-090-min.jpg



## Kneippbecken am Reha-Zentrum Bad Zwischenahn

Das Kurzentrum in Bad Zwischenahn verfügt über eine moderne Kneippanlage mit einem Wassertretbecken und einem Armbad.

### Kurzanleitung Wassertreten nach Kneipp

Diese berühmte Wasseranwendung von Sebastian Kneipp kann auch ohne moderne Wassertretanlage überall durchgeführt werden! Das Ufer des Zwischenahner Meer ist auch bestens geeignet!

Einfach bis knapp unter die Kniekehlen ins kalte Wasser gehen und die Füße nacheinander ganz aus dem Wasser heben und wieder absenken. Sobald der Kältereiz zu stark wird, sollte die Anwendung beendet werden.

### Kurzanleitung für ein Armbad nach Kneipp

Arme bis zur Mitte der Oberarme ins Wasser bis ein Kältegefühl spürbar wird (etwa 30 bis 40 Sekunden), dabei weiteratmen.

Wasser von den Armen abstreifen und für Wiedererwärmung sorgen (Kleidung, Arme pendeln lassen etc.).

>>>> **Mehr Informationen zum Thema Kneipp**

### Merkmale:

#### Zahlungsmöglichkeiten

Eintritt frei

### Adresse:

Unter den Eichen 18  
26160 Bad Zwischenahn

☎ 04403 619 167

🏠 <https://www.bad-zwischenahn.de/kneipp>

✉ [info@bad-zwischenahn-touristik.de](mailto:info@bad-zwischenahn-touristik.de)

### Autor:

Bad Zwischenahner Touristik GmbH  
info#@#bad-zwischenahn-touristik.de

### Organisation:

Bad Zwischenahner Touristik GmbH  
<https://www.bad-zwischenahn-touristik.de/>  
info#@#bad-zwischenahn-touristik.de



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/ljWld>

Quelle: destination.one

ID: p\_100115231

Zuletzt geändert am 04.05.2024, 05:48



bearbeitet-092-min.jpg



bearbeitet-115-min.jpg



bearbeitet-100-min.jpg



bearbeitet-093-min.jpg