



# KNEIPP *Rundweg* KRUMBACH

Länge: 8,5 km, Dauer ca. 110 Min.

## Stationen

### Wasser:

- Parkplatz am Ärztehaus
- Gesundbrunnenplatz
- Naturtretbecken am Seniorenzentrum St. Michael
- Arm- & Kneiptretbecken im Krumbad

### Ernährung:

- Kreislehrgarten
- Kräutergarten im Krumbad

### Heilpflanzen:

- Kreislehrgarten
- Kräutergarten im Krumbad

### Bewegung:

- Barfußpfad
- Weg zum Krumbad
- Weg zum Kreislehrgarten

### Innere Balance:

- Pfarrkirche St. Michael
- Mühlkapelle
- Kammelinsel
- Lourdes Grotte im Krumbad

STADT | **Krumbach**  
SCHWABEN

Nattenhauser Straße 5  
86381 Krumbach (Schwaben)  
Telefon: 08282 902-0  
E-Mail: info@stadt.krumbach.de  
[www.krumbach.de](http://www.krumbach.de)

STADT | **Krumbach**  
SCHWABEN



KNEIPP  
*Rundweg*  
KRUMBACH

Die 5 Säulen der Kneipp-Gesundheitslehre:  
Wasser . Ernährung . Pflanzen . Bewegung . Balance

Buchungsmöglichkeiten für Führungen:  
[www.kneippverein-krumbach.de](http://www.kneippverein-krumbach.de)  
E-mail: [info@kneippverein-krumbach.de](mailto:info@kneippverein-krumbach.de)





## Die 5 Säulen der Kneipp Gesundheitslehre

einfach. ganzheitlich. natürlich!

Der Kneipp Rundweg führt Sie durch einige der schönsten Ecken Krumbachs. Machen Sie sich mit den fünf Säulen von Kneipps Gesundheitslehre vertraut und nehmen Sie die Gelegenheit wahr, einige davon selbst zu erleben.

Der Weg verläuft überwiegend an dem Fluss Kammel und dem Krumbach (Krumbächle). Sie können an jeder beliebigen Station beginnen oder den Weg in mehreren Etappen erkunden. Genießen Sie das wohltuende Nass, Bewegung und Entspannung im Freien!

### Wasser

spielt als idealer Träger von kalten und warmen Reizen zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte und der Förderung des Körperbewusstseins eine wichtige Rolle.

### Ernährung

fördert mit vollwertigen, ausgewogenen, naturbelassenen und frischen Produkten das persönliche Wohlbefinden und die Vitalität im Alltag.



### Heilpflanzen

beugen als Tee, Gewürz, Badezusatz oder Salbe mit ihren Heilkräften Krankheiten vor, lindern Beschwerden und dienen der sanften Behandlung von diesen.

### Bewegung

stärkt das Herz-Kreislauf-System, die Ausdauer, die Koordination und trägt zu Stresslinderung und Wohlbefinden bei.

### Innere Balance

hilft, zu sich selbst zu finden und dient als Grundlage für ein Leben im Einklang mit sich und seiner Umwelt.



### Mühlkapelle

idyllisch an der Kammel und am Eingang zum Stadtgarten gelegen und typisch barock mit Zwiebeltürmchen vor rund 200 Jahren erbaut, hilft diese kleine Kapelle die innere Balance und die Lebensordnung zu finden und zu stärken.

### Gesundbrunnenplatz

Der Gesundbrunnen auf dem gleichnamigen Platz, zum Gedenken an Sebastian Kneipp. Erfahren Sie die Lebensstationen des „Wasserdoktors“.

### Armbecken am Schlachthausparkplatz

Tauchen Sie Ihre Arme ein und genießen Sie die wohltuende Wirkung des Wassers: Erfrischung, Linderung von Kopfschmerzen und Anregung des Kreislaufs. Dabei können Sie noch einen Blick auf die barocke St.-Michael-Kirche und die malerisch angrenzenden Häuser werfen.

### Kammelsinsel

Genießen Sie eine kleine Auszeit vom Alltag auf der neu gestalteten Kammelsinsel. Erfahren Sie hier die beruhigende Wirkung des Wassers. Nehmen Sie Platz, lauschen Sie dem Wasser und spüren Sie dem Fluss Ihres Lebens nach.

### Weg zum Krumbad

Nach etwa 30 Minuten leicht ansteigendem Fußweg erreichen Sie das östlich von Krumbach, ruhig am Waldrand gelegene Krumbad. Hier finden Sie eine Kapelle zur Einkehr, eine Lourdes-Grotte in der Natur, ein Armbecken und ein öffentliches Kneipptrittbecken zum Erfrischen.

Ein Kräutergarten mit den wichtigsten Heilpflanzen der Kneipp-Therapie lädt zum Erleben ein. Genießen Sie die Bewegung, die Ruhe, die Idylle und die Natur.



### Weg zum Kreislehrgarten

In direkter Nähe zum Naturtretbecken befindet sich der Bewegungspark der Generationen. Dieser bietet für Jung und Alt das aktive Erleben von Bewegung.

### Kreislehrgarten

Auf einem großen Areal finden Sie hier verschiedenste Obstbäume und Sträucher. Auch ein Bauern- und Kräutergarten befinden sich dort. Sie alle dienen als Basis für eine gesunde Ernährung im Sinne von Kneipp.

### Naturtretbecken im „Krumbächle“

Die bereits im 18. Jahrhundert erbaute Pfarrkirche ist reich an barocken Stilelementen wie Stuckverzierungen und Rokoko, sowie an Fresken, Ölgemälden und Schnitzereien. Genießen Sie hier die beruhigende Stille und finden Sie zu Ihrer inneren Balance.

### Bewegungspark

In direkter Nähe zum Naturtretbecken befindet sich der Bewegungspark der Generationen. Dieser bietet für Jung und Alt das aktive Erleben von Bewegung.

### Barfußpfad

Erspüren Sie die unterschiedlichen Materialien am Barfußpfad. Entspannen Sie und fühlen Sie ... können Sie den Untergrund bei geschlossenen Augen erkennen?

### Pfarrkirche St. Michael

Die bereits im 18. Jahrhundert erbaute Pfarrkirche ist reich an barocken Stilelementen wie Stuckverzierungen und Rokoko, sowie an Fresken, Ölgemälden und Schnitzereien. Genießen Sie hier die beruhigende Stille und finden Sie zu Ihrer inneren Balance.

