

# Traditionelles „Anwassern“ am Kneipp-Tretbecken im Kurpark

Der Tag stand unter dem Motto des Kneipp-Zitates: „Gesundheit bekommt man nicht im Handel, sondern durch den Lebenswandel“.



Am Sonnabend, dem 13. Mai trafen wir uns als Kneipp-Vereinsmitglieder zum „Anwassern“, dem ersten Gang im Tretbecken in diesem Jahr. Wir hatten auch öffentlich dazu eingeladen und einige Teilnehmer waren der Einladung gefolgt. Wir hatten uns etwas mehr Zuspruch erhofft, aber die eher vorfrühlingshaften Temperaturen und die dicken Wolken am Himmel haben offensichtlich doch einige

etwas abgeschreckt. So wurden wir vor dem Wassertreten mit ein paar Tropfen von „oben“ auf das kalte Nass eingestimmt.

Zu Beginn gab es einige Erläuterungen zum Procedere und dann ging es mutig in das recht erfrischende Wasser, eine Runde im Becken reichte vollends aus. Danach tauschten wir uns in gemütlicher Runde aus und probierten ein gesundes Erfrischungsgetränk. Unser Mitglied Christiane Biener hatte wieder mit viel Liebe kleine Häppchen vorbereitet, die mit selbstgemachten Kräutersalzmischungen veredelt werden konnten. Somit waren alle gut drauf und haben es keinesfalls bereut, dabei zu sein.

Im Anschluss haben wir die angeregte Stimmung genutzt und vereinsintern unsere Mitgliederversammlung 2023 durchgeführt.

