

## Kneipp für alle

Natürlich wirken auch Waschungen und Güsse heilsam und vorbeugend auf den Organismus – testen Sie ein Armbad in unseren **Armtauchbecken!**

Nicht nur schön anzusehen, sondern auch sehr informativ ist der **Heilpflanzengarten**, den die Mitglieder des Kneipp-Vereins liebevoll pflegen und ihr umfassendes Wissen in Führungen durch den Garten oder bei Wildkräuterwanderungen gerne an Sie weitergeben.

Unser **Kneipp-Verein** bietet Ihnen ein vielfältiges Programm, egal ob Aqua-Jogging, Fasten, (Klang)meditation, Yoga, Tai Chi, Tanzen, Barfußwanderungen, Waldbaden und vieles mehr.



Infos unter:  
[www.bad-schwalbach.de/kneipp](http://www.bad-schwalbach.de/kneipp)  
[www.kneipp-bad-schwalbach.de](http://www.kneipp-bad-schwalbach.de)

**Kneipp** Verein  
aktiv & gesund  
Bad Schwalbach/  
Rheingau-Taunus e.V.

## Bad Schwalbach ist stolz auf seine Prädikate!



Denn in Hessen gibt es tatsächlich nur zwei Kurorte, die sowohl als **Mineralheilbad** als auch als **Moorheilbad** ausgezeichnet sind.

Das Prädikat als **Kneipp-Kurort** rundet das Gesundheitsangebot ab.

So kann sich jeder Besucher ein individuelles Programm zusammen stellen, das Körper, Geist und Seele gut tut.

**Gesundheit pur – in wunderschöner Natur!**

Weitere Infos unter  
[www.bad-schwalbach.de/heilmittel](http://www.bad-schwalbach.de/heilmittel)  
oder in der Tourist-Info, Adolfstraße 40,  
Telefon 06124 500-200,  
[tourist-info@bad-schwalbach.de](mailto:tourist-info@bad-schwalbach.de)

© 123rf.com maridav

## Natürliches Heilen

Mineral- und Moorheilbad  
Kneipp-Kurort



BAD SCHWALBACH





## Mineralheilbad

Elf wertvolle **Quellen & Brunnen** bieten gesundes, frisches Heilwasser mit **hohem Eisengehalt** aus dem Schieferuntergrund und Reichtum an **Kohlensäure**. Nicht umsonst lockt ihr Ruf schon jahrhundertlang Gäste aus nah und fern. Sieben dieser Quellen sind frei zugängliche Trinkbrunnen. Das Heilwasser stimuliert die Selbstheilungskräfte! Tatsächlich ist der Stahlbrunnen am Kurhaus der Brunnen mit dem höchsten Eisengehalt Deutschlands.

So helfen unsere Quellwasser als Trinkkur bei **Eisenmangel**, sie aktivieren den Stoffwechsel, wirken sanft auf das vegetative Nervensystem, regen die Verdauung an und fördern die Vitalisierung.

Tauchen Sie ein in ein **Kohlensäure-Mineralbad** basierend auf Kohlendioxid, das die Haut durchdringt, Kreislauf und Stoffwechsel anregt und gleichzeitig Wärme entzieht. Das Bad wirkt entzündungshemmend bei Rheuma und Verspannungen, senkt den systolischen Blutdruck und lindert Venenleiden.

Infos unter:  
[www.bad-schwalbach.de/heilwasser](http://www.bad-schwalbach.de/heilwasser)



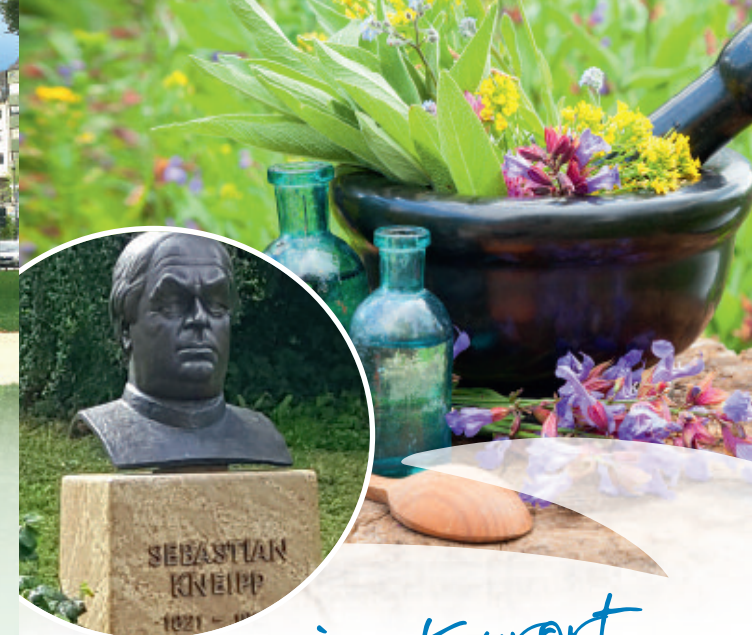
## Moorheilbad

Für jede Anwendung wird unser Moor für Sie in der Natur abgetragen und mit unserem Heilwasser frisch aufbereitet. Steigen Sie in die **Moorwanne**: Die natürliche Heilwirkung des Heilmooses beruht auf einer schnellen Körpererwärmung, der eine wohlige Tiefenentspannung folgt. Das Bindegewebe wird gelockert und das Nervensystem beruhigt. Begleiteffekte sind Entgiftung, verbesserte Durchblutung und gesteigerte Organfunktion. Für ein Moorbad ist ein ärztliches Attest vom Balneologen oder Hausarzt notwendig. Ohne Attest ist das Genießen einer **Moorwärmepackung** möglich.

Infos unter:  
[www.bad-schwalbach.de/moor](http://www.bad-schwalbach.de/moor)

Die wohltuende Wirkung unserer Heilmittel können Sie im **Stahlbadehaus** erleben, direkt am Eingang des Kurparks, im **Physiotherapiezentrum Remmers**.

Infos unter:  
[www.bad-schwalbach.de/remmers](http://www.bad-schwalbach.de/remmers)



## Kneipp-Kurort

Basierend auf den Säulen **Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen** und **Lebensordnung** unterstützt uns die Lehre von Pfarrer Sebastian Kneipp dabei, Heil- und Abwehrkräfte wachzurufen, Regeneration, Gleichgewicht und Gelassenheit zu finden sowie Fitness zu tanken, um Krisen und Krankheiten zu trotzen.

Bereits seit 2014 trägt Bad Schwalbach stolz das Prädikat **Kneipp-Kurort**. „Gesundheit durch fünf Säulen“ wird hier gelebt.

Ein wunderschön im Kurpark gelegener **Barfußpfad** mit Moor- und Wassertretbecken lädt Sie ein, Ihre Sinne zu schärfen. Denn Barfußgehen stimuliert die Reflexzonen, regt Herz und Kreislauf an, fördert die Durchblutung und wirkt positiv auf den Blutdruck.



Infos unter:  
[www.bad-schwalbach.de/kneipp](http://www.bad-schwalbach.de/kneipp)