



KNEIPPKUR – KNEIPPRUNDA

Lanserades av en den tyska pastorn Sebastian Kneipp redan 1848. Kuren, är en kallvattensbehandling med bl a barfotapromenader i fuktigt gräs och kallt vatten samt doppande av underarmarna i kallt vatten . Utifrån pastorns anläggning Wörishofen i Bayern spreds uppförandet av liknande kuranstalter byggda på hans idéer över hela Europa.

Doktor Otto Reimers som 1907 blev ägare till Tyinge Vattenkuranstalt var en beundrare av pastor Kneipp och genomförde stora delar av dennes "Wasserterapi" i behandlingarna på kuranstalten.

Att vandra till Radiumkällan och dricka vattnet där var för hundra år sedan obligatoriskt. Att gå runt i kallt vatten upp på halva underbenet på stenbotten för fotvalvsmassage hörde till ordinationerna liksom vandringar i den ozonrika luften. För hundra år sedan var tallskogen dominerande i Sanatorieskogen som omfattande mer än 15 hektar.

I Tyskland och Österrike liksom vid flera anläggningar i Sverige genomförs delar av pastor Kneipps metoder mer eller mindre troget. Många Tyingebor har under de senaste 15 åren kommit i kontakt med Kneipprundan tidiga mornar före frukost vid besök bland annat i Bad Hofgastein i Österrike genom Else och Horst Brötzners bussresor dit. Bilderna ovan är från sådana tillfällen.

"KNEIPPKUR"

"Vatten är för den hälsosamma, friska individen ett utmärkt medel för att bibehålla hälsa och energi, men är även vid sjukdom ett förstklassigt botemedel; Det är det mest naturliga, det enklaste och när det används rätt, det säkraste medlet. Vattnet är min bästa vän och så kommer det att förbli tills jag dör. " (Pastor Sebastian Kneipp)

Doktor Reimers som åren 1907-1951 drev "Kurhotellet" tog redan från början till sig tankarna i den tyske pastorn Sebastian Kneipps (född 1821 i Bayern) arbeten och utövande av "Wasserterapi", d v s "helande genom vatten." Kneipp förordade bland annat barfotavandring i vått gräs, snabba växlingar mellan varmt och kallt vatten, att dricka vatten med olika mineraler samt att sola.

De övningar som kan praktiseras här vid Radiumkällan är ämnade stimulera cirkulationen och hjärtverksamheten samt stärka fotvalven och enligt Kneipp förbättra sömnen.

För hundra år sedan, då det hälsosamma med det radiumhaltiga vattnet redan var känt och "dricka brunn" redan var etablerat lät doktor Reimers anlägga de två stationer för fot-/ben respektive underarmsmassage som Företagarna i Tyinge tillsammans med Tyinge Museum nu har glädjen att presentera.

Radiumkällan Tyringe

ÅTERUPPLEV DE AKTIVITETER SOM FÖR HUNDRA ÅR SEDAN GJORDE TYRINGE VIDA KÄNT OCH TILL EN KURORT MED MÅNGA HUNDRA GÄSTER PER ÅR



Kneipprunda

Utför Station 1.

Gå förbi stationsskylten och följ röd markering, följ motionsrundan förbi idrottsplatsen, korsvirekeshuset, dammarna och uppför backen. Utför andningsövningen. Följ rödmarkering förbi källan till Station 2.

Utför Station 2.

Mellan de blå markerade stenarna.
Följ sedan blå markering förbi källan. Följ blå markering. Utför andningsövningen och nu har ni gått en Kneipprunda.
Detta område heter "Paradiset"

företagarna


TYRINGE MUSEUM
En del av Byalaget

Samarrangemang med

Studieförbundet
Vuxenskolan