

Sommer 2010

Seite 1

FITNESS FÜR FÜSSE & KNEIPPEN IN DER SCHLUCHT!

Der Luft- und Schrothkurort Obervellach in der Nationalparkregion Hohe Tauern Kärnten weckt „Geh-fühle“ und sorgt für Bewegungsfreude. Das liegt auch am neuen Fuß-Fit-Parcours beim Kurhotel „Die Schrothkur“, dem ersten Haus am Platz. Mit bloßen Füßen erobert man als Kind die Welt, lernt Gleichgewichtssinn und Körpergefühl, ertastet Boden und Elemente. So gesehen wäre Barfuß gehen eigentlich die natürlichste Sache der Welt. 160.000 km legt ein Mensch durchschnittlich während seines Lebens zurück – und das meist in enges Schuhwerk gepresst. Auf dem neuen Fuß-Fit-Parcours kann Mann/Frau, Groß und Klein den Füßen freien Lauf lassen und neue, „bewegende“ Wahrnehmungen empfinden. Doch nicht nur die Fußreflexzonen haben – richtig massiert – großen Einfluss auf das allgemeine Wohlbefinden. Auch das Kneippen bringt den Stoffwechsel in Schwung und fördert die Durchblutung. Schon Pfarrer Kneipp wusste, dass Wasser nicht nur zum Trinken, sondern auch zum Kuren ideal ist. An Fluss- und Seeufern, in Bächen oder Brunnen lässt sich herrlich Wasser treten. Im idyllischen Ort Obervellach sorgt „Wassertreten in der Schlucht“ für Gesundheit aus einem Guss. In der wassereichenen Groppenstein-Schlucht am Ortsrand von Obervellach entstand in wildromantischer Lage eine natürliche Kneipp-Landschaft. Wassertreten ist ein Muntermacher am Morgen, Schlafhilfe am Abend, beugt Krampfadern, Erschöpfung und Migräne vor. Ganz in der Nähe des Kneippweges befindet sich das „Gasthaus zur guten Quelle“, das nach dem Kneippen zur geselligen Einkehr verlockt. Für das leibliche Wohl ist die haubengekrönte Küche zuständig.

Information: Tourismusbüro A-9821 Obervellach, Tel.: 04782/2510, Fax: 04782/2505, Europavorwahl: 0043/4782, Homepage: www.obervellach.at, e-mail: info@obervellach.at
Presstexte und Fotos: www.obervellach.at - Presse

Abdruck honorarfrei – Belegexemplar erbeten!