

Die 5 Wirk-Prinzipien des Kneippens

- 
Wasser
 Die Hydro- und Balneotherapie ist ein hoch entwickeltes, individuell auf die Bedürfnisse des Einzelnen abgestimmtes Wasserheilverfahren.
- 
Bewegung
 Die aktive und „passive“ Bewegungstherapie umfasst alles, was gut tut, bis hin zu Bewegungsbädern und Massagen. Bewegung fördert nicht nur die Fitness, sondern auch die Gelassenheit, und hebt die Stimmung.
- 
Lebensordnung
 Die Ordnungstherapie zielt darauf ab, die Balance zu erhalten oder wieder herzustellen. Dies geschieht, indem man eine gesunde Lebensweise, seelische Ausgeglichenheit, Stresstoleranz und soziale Kompetenz anstrebt.
- 
Ernährung
 Gesunde Kost bekommt Ihnen auch, wenn Sie nicht krank sind und beeinflusst Ihre Leistungsfähigkeit im Alltag. Eine bedarfsgerechte, vollwertige, schmackhafte, möglichst naturbelassene Ernährung ist Voraussetzung für Ihr Wohlbefinden.
- 
Heilpflanzen
 Für eine verantwortliche Selbstbehandlung eignen sich insbesondere mild wirkende Pflanzen, am besten aus der heimischen Umgebung. Man kann sie als Badezusätze, Tinkturen, Salben, Tees und Säfte verwenden.



Legende

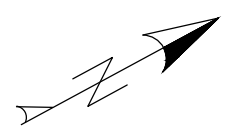
-  Allgemein Planungsgebiet
- Begrünung**
 -  Landschaftsrasen
 -  Gehölzbestand
 -  Staudenbeet
 -  Extensives Grünland
 -  Hochstaudenflur
 -  Baum, zu pflanzen
 -  Baum, Bestand
- Beläge**
 -  Pflaster
 -  Wassergebundener Weg
 -  Holzsteg
 -  Kies
- Sonstiges**
 -  Gewässer
 -  Höhe Bestand
 -  Höhe Planung
 -  Beleuchtung

Mehrgenerationenpark Landshut

Bauherr: Stadt Landshut
Luitpoldstraße 29
84034 Landshut

Vertreten durch:
1. Bürgermeister
Alexander Putz

Bauort: Stadt Landshut
Teilfläche Fl. Nr. 1472 Gem. Landshut



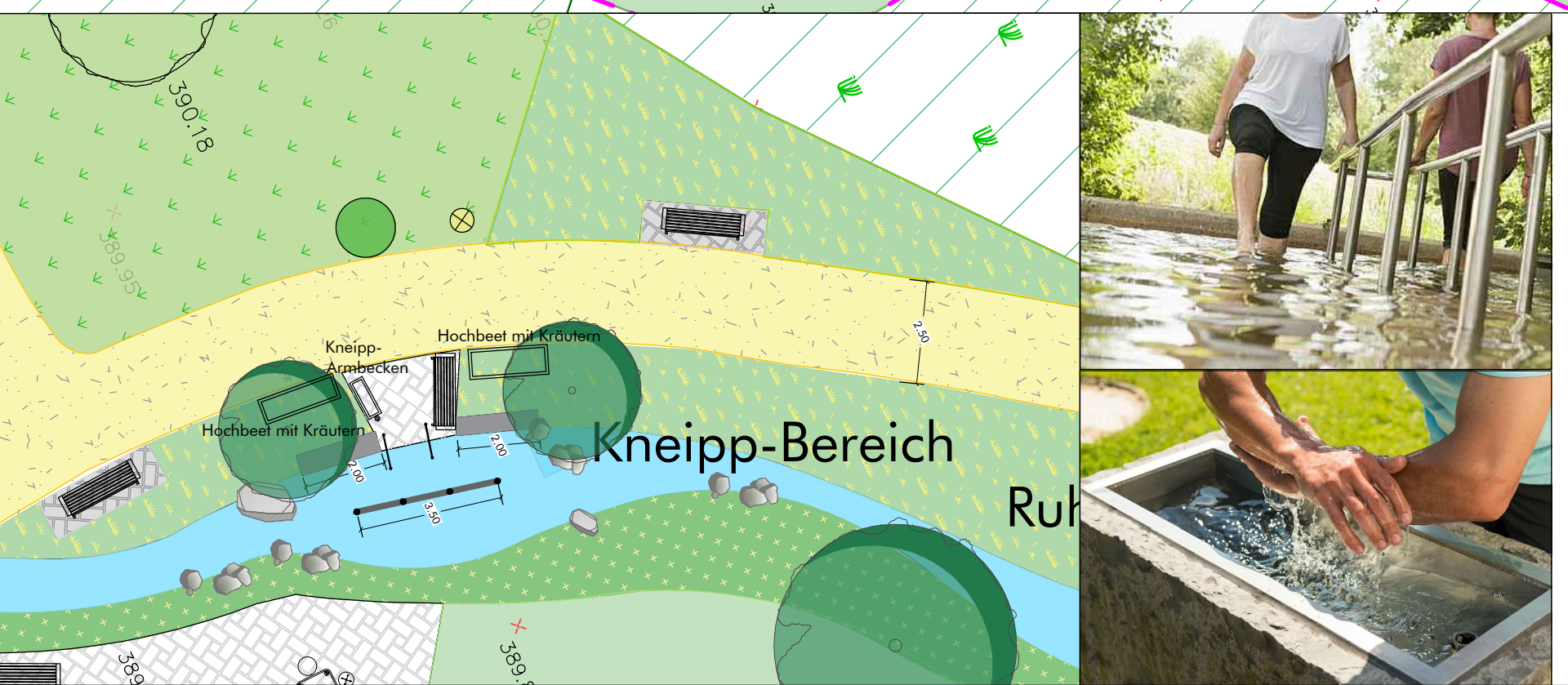
Entwurf

M 1:200

Datum: 16.05.2023

Land Schafft Raum
LANDSCHAFTSARCHITEKTUR
Äußere Neumarkter Str. 80, 84453 Mühldorf am Inn
Tel.: 08631 3028450
Email: info@landschaffraum.com
Bearbeitung: Beatrice Schötz, Landschaftsarchitektin
Gözde Tünaydin, Landscape Architect

Unterschrift



Kneipp-Bereich mit Wasseranwendungen für Beine und Arme.

Kneipp-Arztbecken



Leg Lift & Pull-Up

Balance-Station

Twist & Flexrad