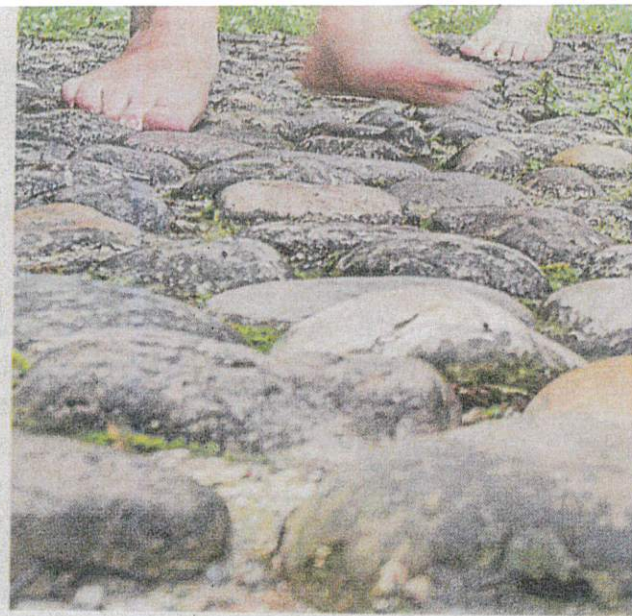


ser Erfrischung geht nach Oberstenfeld. Der Weg zum Parkplatz hinauf lässt die Umgebung ahnen: rechts steil ansteigend und dann der kleine Bach mit dem Armtauchbecken und einem Stein.

Es wird von einer im Wald gespeist. Auf dem Weg, kleine Familien, kleine Buben und Mädchen durstige Wesen und nach ein paar Minuten macht man sich wieder umher und erfrischt



Barfußpfad in Oberstenfeld.



Sebastian Kneipp, der Erfinder der Wasserheilung.



Zur Not tut's auch eine Schüssel mit Wasser.

Espresso

wenn Bauhofmitarbeiter die Becken regelmäßig reinigen. Danach nach dem alten Brauerpfarrer sollte man die Herzen hin kühlen, also die Füße, dann die Hände. Diese kalten Armbäder sind übrigens ein bisschen wie ein Espresso. Sie sollen genau so wachen. Am Schluss sollte man sich nicht abtrocknen, sondern das Wasser abstreifen und die Hände genießen. (ann)



Ein Ort zum Abkühlen: Die Kneippanlage in Murr. Man wadet durch frisches Quellwasser.