



Roswitha Mitulla

Heilklimatische Kurorte in Deutschland

Gesund durch Bewegung
im besten Klima Deutschlands

Inhaltsverzeichnis

Die Klimatherapie – ein Naturheilverfahren, das bei zahlreichen Erkrankungen hilft	6
Was bedeutet eigentlich „Heilklima“, und was sind Heilklimatische Kurorte?	8
Bioklimatische Zonen: vom Hochgebirge über die Mittelgebirge bis zum Seeklima	9
Heilklimatische Kurorte in Deutschland	10

Baden-Württemberg 12

Bad Dürrenheim: Kur und Wellness im höchstgelegenen Sole-Heilbad Europas	14
„Premium Class“ – ein Qualitätssymbol für sanften und naturnahen Tourismus	15
Bad Herrenalb: Mineralhaltiges Thermalwasser und würzige Heilklimaluft im Schwarzwald	16
Baiersbronn-Obertal: Die Naturwunder des Nordschwarzwalds unterstützen jede Kur	17
Heilklimawandern – wissenschaftliche Erkenntnisse für Wege in den Kurorten	18
Dobel: Die Waldinsel-Plateau-Lage lädt zum stressfreien Wandern auf ebenen Wegen ein	19
Freudenstadt: Zu Bergseen, Wasserfällen und wildromantischen Schluchten	20
Hinterzarten: Goethe und Marie Antoinette schätzten die Perle im Hochschwarzwald	21
Höchenschwand: Das „Dorf am Himmel“ ist ein beliebter Kurort mit viel Sonne	22
Isny im Allgäu: Bestes Klima im „DSV Nordic Aktiv Zentrum“	23
Königsfeld: Die Sonne verwöhnt die erste „Naturwald-Gemeinde“ Baden-Württembergs	24
Sasbachwalden: gesundes Heilklima auf der Sonnenseite des Schwarzwalds	25
Schluchsee: Ein Wander- und Wassersport-Paradies am größten See im Schwarzwald	26
Schönbühl: Das einstige „Davos Deutschlands“ liegt in einem windgeschützten Hochtal	27
Schönwald: Subalpines Reizklima nahe den höchsten Wasserfällen Deutschlands	28
St. Blasien: Viele Sonnenstunden und die einzige Radontherapie im Schwarzwald	29
Titisee-Neustadt: Der Familienferienort am größten Natursee des Schwarzwalds	30
Todtmoos: Wanderungen durch das romantische Wehratal im Südschwarzwald	31

Bayern 32

Bad Heilbrunn: Kräutererlebnis und Wandern im bayerischen Bilderbuchland	34
Bad Hindelang: Alpen-Allergie-Station im südlichsten Kneipp-Heilbad Deutschlands	35
Wellness im Heilklima: Auszeit vom Alltag	36
Bad Tölz: Sanfte Winde, jodhaltige Quellen und heilendes Moor im idyllischen Isarwinkel	37
Berchtesgaden-Königssee: Geprägt von den Naturschönheiten Watzmann und Königssee	38
Bischofsgrün: Heilklimapark im Fichtelgebirge zwischen Schneeberg und Ochsenkopf	39
Fischen: Der idyllisch gelegene Allgäuer Kurort verspricht Erholung durch vier Jahreszeiten	40
Garmisch-Partenkirchen: Der weltberühmte Olympia-Ort im Werdenfeller Land	41
Kreuth: Deutschlands „beliebtester Ferienort“ lädt zum Durchatmen vom Alltagsstress ein	42
Oberstaufen: Das einzige Schroth-Heilbad Deutschlands in den Allgäuer Bergen	43
Oberstdorf: Wanderdorf und Winterparadies im Naturschutzgebiet der Allgäuer Alpen	44
Rottach-Egern: Im stilvoll eleganten Ort am Tegernsee treffen sich Zeitgeist und Tradition	45
Klimatherapeuten leisten Hilfestellung beim richtigen Umgang mit Bewegungstherapie	46
Scheidegg: Der Heilklimatische Kurort ist „die grüne Perle des Westallgäus“	47
Schwangau: Landschaftliche Reize und mildes Reizklima im Dorf der Königsschlösser	48
Tegernsee: Windgeschützt am See und auf der Sonnenseite des kulturellen Tegernseer Tals	49

Hessen 50

Heilklima-Park Hochaunus: Ausgedehnte Wälder und wunderschöne Wanderziele	52
Königstein: Wandern im Heilklima-Park Hochaunus rund um den großen Feldberg	53
Lindenfels: Auf den Spuren der Nibelungen in den Geo-Naturpark „Bergstraße – Odenwald“	54
Willingen: Das Sauerländer Wanderparadies auf der einzigen Hochheide Europas	55

Niedersachsen 56

Altenau: Ausgangspunkt für Wanderungen durch den Natur- und Nationalpark Harz	58
Bad Harzburg: Ein Bad mit heilkräftiger Sole und Wellness-Wanderland	59
Braunlage: Wandern, Mountainbiken und Skifahren rund um den Wurmberg im Harz	60
Hohegeiß: Das Bergdorf im Harz lockt mit „Dicken Tannen“ und röhrenden Hirschen	61
Holzminden/Neuhaus im Solling: Wandern und Mountainbiken im Weserbergland	62
Sankt Andreasberg: Bergstadt mit reizintensivem Mittelgebirgsklima	63

Nordrhein-Westfalen 64

Bad Lippspringe: Blumenstadt und Allergiezentrum am Teutoburger Wald	66
Glückliche Kinder und zufriedene Eltern	67
Nieheim: Der Kurort im Teutoburger Wald lockt (auch) mit Käse, Bier und Schnaps	68
Nümbrecht: Zu Wäldern, Wiesen und „Dicken Steinen“ im Bergischen Land	69
Reichshof-Eckenhagen: Wo Allergiker und Asthmatiker in pollenarmer Luft durchatmen	70
Winterberg: Den Akku im Reizklima einer „Ferienwelt“ aufladen	71

Rheinland-Pfalz 72

Bad Bergzabern: Mediterranes Klima zwischen Weinbergen und Pfälzerwald	74
Bad Münster am Stein-Ebernburg: Das größte Freiluft-Inhalatorium Europas	75
Daun: Gesundheitsstandort zwischen den Maaren im Herzen der Vulkaneifel	76
Rengsdorf: Reine Höhenluft, tiefe Wälder und Panoramablicke ins romantische Rheintal	77
Manderscheid: Viel Sonne, angenehme Temperaturen und ausgedehnte Mischwälder	78
Heiße Sommertage lassen sich auch im Heilklima der Mittelgebirge gut aushalten	79

Saarland 80

Mettlach-Orscholz: Wo die Saar ihre schönste Schleife zieht und sich drei Länder treffen	82
Nonnweiler: Ein Planetenlehrweg und die Kelten in den saarländischen Hochwäldern	83
Weiskirchen: Das einzigartige Angebot zertifizierter Premium-Wanderwege	84
Heilklimatische Kurorte per Mausclick	85

Schleswig-Holstein 86

Bad Malente-Gremsmühlen: Über 200 Seen im Naturpark Holsteinische Schweiz	88
Wie kommt man zur Kur im Heilklima?	89

Thüringen 90

Finsterbergen: Auf dem Rennsteig im Thüringer Wald belastungsarm wandern	92
Terrainkur – dosiertes Bewegen im Gelände	93
Was bedeutet Klima – und wie wird es sich in der Zukunft verändern?	94

Impressum	95
-----------	----



Bad Dürrheim: Kur und Wellness im höchstgelegenen Sole-Heilbad Europas

■ Der Kurort (700 – 941 m) 🏰

Die über 1100 Jahre alte Kurstadt Bad Dürrheim (Heilklimatischer Kurort „Premium Class“, 13 200 Einwohner) in der Ferienregion zwischen Schwarzwald und Schwäbischer Alb ist das höchstgelegene Sole-Heilbad Europas. Salzgewinnung und Soleförderung gibt es hier seit 1822, der Badebetrieb wurde 1851 eröffnet.

■ Besonders gesund

300 Meter unter der Erde liegen Reste eines urzeitlichen Meeres – die Bad Dürrheimer Salzstöcke. Aus ihnen wird Sole (Salzgehalt: 27 Prozent) gewonnen. Für Bäder wird sie mit Süßwasser aus eigener Quelle auf den Salzgehalt von 1,25 bis 7 Prozent verdünnt und auf 37 Grad erwärmt. Die verdünnte Sole kann inhaliert werden. Zentrum des Kurorts ist das 12 000 Quadratmeter große Wellness- und Gesundheitszentrum „Solemar“ am Kurpark, eine Erlebnislandschaft mit einem Sole-Heilbad, Schwarzwald-Sauna, Vital-Center und

der Tote-Meer-Salzgrotte. In Deutschlands erstem Club-Ort bietet die Club-Karte viele Ermäßigungen und lädt zu über 5000 Veranstaltungen im Jahr ein.

■ Indikationen

- Allergien • chronische Atemwegserkrankungen • Bewegungsapparat, Hautkrankheiten • Herz, Gefäße und Kreislauf • Nervenleiden • Rheuma • Erkrankungen im Kindesalter

■ (Klima)Wanderwege

- 37,75 km Heilklimawanderwege
- 110,5 km Wanderwege • 32,5 km Winterwanderwege und Loipen
- geführte Wanderungen mit Klimatherapeut

*Kur- und Bäder GmbH Bad Dürrheim
Luisenstraße 4*

78073 Bad Dürrheim

Telefon 0 77 26/6 66-2 66

Telefax 0 77 26/6 66-3 01

info@baddeurrheim.de

www.badduerrheim.de

„Premium Class“ – ein Qualitätssymbol für sanften und naturnahen Tourismus

Bereits 15 Kurorte werben mit umweltfreundlichem Urlaub

Die Auszeichnung „Premium Class“ wird an Kurorte vergeben, die sich nicht nur für ein gesundes Klima, sondern auch für eine Reduzierung negativer Umweltauswirkungen in allen Bereichen engagieren. Sie bieten einen sanften und naturnahen Tourismus auf hohem Qualitätsniveau.

Class“ (Stand Anfang des Jahres 2009) kontinuierlich. Und sie geben ihre Erfahrungen an die anderen Mitglieder des Verbandes der Heilklimatischen Kurorte weiter. Dessen Ziel ist es, möglichst viele Orte in die Premium-Kategorie zu überführen.

Heilklimatische Kurorte der „Premium Class“ sind im Jahr 2009

Zu den besonderen Anstrengungen gehört beispielsweise, in der Gastronomie überwiegend heimische Produkte zu verwenden. Das schützt die Landschaft und vermeidet den bei langen Transporten hohen Ausstoß von CO₂. Ein weiterer Aspekt ist die innerörtliche Verkehrsberuhigung, die mit attraktiven Angeboten „Urlaub vom Auto“ ermöglicht.

- Bad Dürrheim (Baden-Württemberg)
- Bad Hindelang (Bayern)
- Bad Lippspringe (Nordrhein-Westfalen)
- Baiersbrunn (Baden-Württemberg)
- Fischen i. Allgäu (Bayern)
- Garmisch-Partenkirchen (Bayern)
- Hinterzarten (Baden-Württemberg)
- Königstein im Taunus (Hessen)
- Nümbrecht (Nordrhein-Westfalen)
- Oberstaufen (Bayern)
- Oberstdorf (Bayern)
- Scheidegg (Bayern)
- Schömberg (Baden-Württemberg)
- Schönwald (Baden-Württemberg)
- Weiskirchen (Saarland)

Die Gäste können zudem gesunden, naturnahen Urlaub mit Wellness vom Feinsten verbinden. Pauschalangebote beinhalten Heu-, Molke- und Moorbäder, Thermalkuren, Saunabesuche, kosmetische Behandlungen, Massagen, entspannendes Zilgri (kombinierte Atmungs-, Haltungs- und Bewegungsmethode zur Schmerzreduzierung), Tai Chi, Ayurveda und vieles mehr.

Vergeben wird das Qualitätslabel „Premium Class“ durch den Verband der Heilklimatischen Kurorte Deutschlands. Die Orte mit diesem Qualitätszeichen sind auf den Seiten dieses Führers zur Gesundheit mit dem Signet 🏰 gekennzeichnet.

Dass es beim Service und bei den Angeboten immer noch ein bisschen besser geht, daran arbeiten 15 Heilklimatischen Kurorte der „Premium