

(<https://www.tambiente.de/>) ([Katalogbestellung.html](#))

**HIER** geht's zur  
Katalogbestellung

Suchen

Suchen

01.10.2018

## Tief durchatmen in den Kur- und Heilwäldern Mecklenburg-Vorpommerns



Dr. Dirk Gramsch, Arzt und Verwaltungsdirektor der Rehaklinik Usedom / Foto:© TMW/Krauss

Raschelndes Laub, singende Vögel und Bäume, die ihren zarten Duft verströmen: Jeder Ausflug in den Wald kann zum sinnlichen Abenteuer werden. In Mecklenburg-Vorpommern (<https://www.tambiente.de/wellness-urlaub/mecklenburg-vorpommern>) bringt das Naturerlebnis sogar noch mehr: **Gesundheit für Körper, Geist und Seele.**

„Mama, wetten, dass ich höher springen kann als du?“, fragt Charlotte – nimmt Anlauf und fliegt geradezu durch den Parcours, der aus vielen Stangen in unterschiedlicher Höhe besteht. Zwei Stunden toben sich Charlotte und Mama Tanja im Aktivbereich des Kurwaldes im Ostseeheilbad Graal-Müritz (<https://www.tambiente.de/familie-urlaub/ostseeheilbad-graal-mueritz>) aus, treten auf dem Trampolin gegeneinander an oder balancieren gemeinsam über weiche Holzbalken, bevor sie die Zehen in den feinen Sand des Barfußpfades graben. „Wir sind zufällig vorbeigekommen“, erzählt Tanja. Eigentlich wollten sie zum nahegelegenen Meer. „Aber wir haben uns gern ablenken lassen.“

„Viele Besucher nutzen unseren **Aktivbereich im Küstenwald zwischen Mahlbussen und Rhododendronpark** ganz spontan“, erzählt Roman Ferken von der Tourismus- und Kur GmbH Graal-Müritz. Andere wissen schon im Vorfeld um die **heilklimatischen Besonderheiten, die im traditionsreichen Ostseeheilbad herrschen** und suchen den Wald ganz bewusst auf. Neben dem Fitnessbereich gibt es auch einen **Erholungswald**, in dem es sich Besucher auf Bänken gemütlich machen, den Ausblick auf die See genießen und entspannen können.

### Ostseebad Heringsdorf: Der erste zertifizierte Kur- und Heilwald



Ostsee

Gastgeberverzeichnis Ostseeheilbad Graal-Müritz - Familienurlaub

zum Warenkorb (katalogbestellung\_bestellkorb.php) →  
besonderen Lichtverhältnisse sowie die tiefe Ruhe in dieser Smartphone-freien Zone wirken positiv auf die Psyche“, so Gramsch.  
Der Kur- und Heilwald lädt Patienten, aber auch Spaziergänger oder Fitness-Fans auf verschiedenen Stationen zu Körper- und Meditationsübungen ein. Dabei sind viele Wege so angelegt, dass sie auch mit dem Rollstuhl, Rollator oder von blinden Menschen gut bewältigt werden können.

## Europas

Ein Projekt, das bis heute weltweit einmalig ist: Aufgrund medizinischer Gutachten und Feldstudien wurde das **Waldgebiet „Alte Welt“ im Ostseebad Heringsdorf** als **erster Kur- und Heilwald Europas zertifiziert** und ist damit **offiziell ein Therapieelement bei der Behandlung von erkrankten Patienten**. „Besonders Menschen mit Atemwegserkrankungen profitieren von den Übungen, die geschulte Therapeuten mit ihnen in dem 190 Hektar großen Waldgebiet machen“, erzählt Dr. Dirk Gramsch, Arzt und Verwaltungsdirektor der **Rehaklinik Usedom**.

Denn während die Buche einen großen Sauerstoffreichtum erzeugt, beruhigen die ätherischen Öle der Fichte die oberen Atemwege. „Die

## Heilbad Bad Doberan: Genesung in der einzigartigen Ostseelage

„Halten Sie den Rücken gerade, strecken Sie den rechten Arm und atmen Sie tief aus.“ Sieben Patientinnen der **Rehaklinik „Moorbad“ Bad Doberan** sitzen am Waldrand auf ihren Gymnastikbällen und befolgen konzentriert die Anweisungen ihres Therapeuten, der die Übungen bewusst im Freien durchführt. Denn hier am **Waldgebiet Eikhäge** ist es nicht nur das Training, sondern mit dem **besonderen Reizklima aus Meeres- und Waldluft** das volle Potenzial der Natur, das zur Genesung der Patienten beiträgt.

Das **Heilbad Bad Doberan** kann auf eine lange Tradition im Bade- und Kurwesen zurückblicken. Diese wird durch moderne Kliniken wie dem „Moorbad“ heute fortgeführt und stetig erweitert: So wird das beliebte Waldgebiet Eikhäge bis Ende des Jahres um Therapiegeräte, eine Kneipp-Strecke und präparierte Wege zum **Kur- und Heilwald** weiterentwickelt. Ärzte und Therapeuten des „**Moorbads**“ **Bad Doberan** sind von der großen Bedeutung des Waldes für die Rehabilitation und Prävention überzeugt. Und die positiven Erfahrungswerte ihrer Patienten geben ihnen Recht.

Quelle: Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern e. V.

<a href="#">Facebook</a>	<a href="#">Twitter</a>	<a href="#">Google+</a>	<a href="#">Xing</a>	<a href="#">LinkedIn</a>
(https://www.facebook.com/aktiv-steiermark/?share.php?u=https://www.tambiente.de/News-Tief-durchatmen-in-den-Kur--und-Heilwaeldern-mecklenburg-vorpommerns_20092.html)	(https://twitter.com/aktivsteiermark/status/1020881120881120881)	(https://plus.google.com/+aktivsteiermark/posts/1020881120881120881)	(https://www.xing.com/aktivsteiermark/News-Tief-durchatmen-in-den-Kur--und-Heilwaeldern-mecklenburg-vorpommerns_20092.html)	(https://www.linkedin.com/company/aktivsteiermark)

### Die Steiermark von oben



- (News-die-steiermark-von-oben\_20089.html) Der Erzberg, der Hochschwab, die Eisenerzer Alpen und große Teile der Niederen Tauern liegen dem Wanderer zu Füßen, der den Eisenzer Reichenstein bestiegt. Unterwegs auf dem markanten Bergmassiv finden die Besucher inmitten idyllischer Landschaften inneren Ausgleich. Mit etwas Ausdauer kommen auch ungeübte Wanderer in den Genuss dieses Erlebnisses in der Hochsteiermark. Vom Parkplatz Präbichlerhof führt der Weg zuerst entlang des Sesselliftes. Danach folgt... // WEITER (News-die-steiermark-von-oben\_20089.html)
- >> Tief durchatmen in den Kur- und Heilwäldern Mecklenburg-Vorpommerns (News-tief-durchatmen-in-den-kur-und-heilwaeldern-mecklenburg-vorpommerns\_20092.html)
- >> Die Steiermark von oben (News-die-steiermark-von-oben\_20089.html)
- >> Gletschererlebnis am Großvenediger (News-gletschererlebnis-am-grossvenediger\_20088.html)
- >> Neue Online-Plattform Die Wandertour vermittelt geführte Touren (News-neue-online-plattform-die-wandertour-vermittelt-gefuehrte-touren\_20086.html)
- >> Das PillerseeTal läuft (News-das-pillersee-tal-laeuft\_20084.html)
- >> Wandern, wo der Rotwein wächst (News-wandern-wo-der-rotwein-waechst\_20079.html)
- >> Wald erfahren - sechs neue Touren für Elektrofahrräder (News-wald-erfahren-sechs-neue-touren-fuer-elektrofahraeder\_20076.html)
- >> Spessart Tourismus führt innovative Digital-Kommunikation fort (News-spessart-tourismus-fuehrt-innovative-digital-kommunikation-fort\_20072.html)
- >> Entspannt durch den Herbst in Bad Füssing radeln (News-entspannt-durch-den-herbst-in-bad-fuessing-radeln\_20071.html)
- >> Geführte Touren zu Wein, Weite und Wanderspaß im Lieblichen Taubertal (News-gefuehrte-touren-zu-wein-weite-und-

wanderspass-im-lieblichen-taubertal\_20067.html)

Allgemeines - Mecklenburg-Vorpommern

## Genuss für Geist und Gaumen in Binz auf Rügen

(News-genuss-fuer-geist-und-gaumen-in-binz-auf-ruegen\_20091.html)



(News-genuss-fuer-geist-und-gaumen-in-binz-auf-ruegen\_20091.html) Umringt von der einzigartigen Bäderarchitektur ein großes Stück in die Vergangenheit spazieren. Durch Galerien und Ateliers auf der Kunstmeile schlendern und sich inspirieren lassen. In Binz gibt es viel zu entdecken – und Traditionsbetriebe und ein Sternerestaurant sorgen dafür, dass auch die Pausen zum (kulinarischen) Abenteuer werden. Als die ersten Sonnenstrahlen die weißen Villen in Binz zum Strahlen bringen, ist es ganz ruhig an der sonst so geschäft... // WEITER (News-genuss-fuer-geist-und-gaumen-in-binz-auf-ruegen\_20091.html)

- >> Tief durchatmen in den Kur- und Heilwäldern Mecklenburg-Vorpommerns (News-tief-durchatmen-in-den-kur-und-heilwaeldern-mecklenburg-vorpommerns\_20092.html)
- >> Genuss für Geist und Gaumen in Binz auf Rügen (News-genuss-fuer-geist-und-gaumen-in-binz-auf-ruegen\_20091.html)
- >> Präsentation des neuen Gastgebermagazins 2019 des Ostseebad Göhren (News-praesentation-des-neuen-gastgebermagazins-2019-des-ostseebad-goehren\_20083.html)
- >> Herbstliches Laufspektakel - der Dünenläufer in Graal-Müritz (News-herbstliches-laufspektakel-der-duenenlaeufer-in-graal-mueritz\_20074.html)
- >> Waldes-Lust in Mecklenburg-Vorpommern (News-waldes-lust-in-mecklenburg-vorpommern\_20055.html)
- >> Asse im Hinterland (News-asse-im-hinterland\_19984.html)
- >> 1. Wiking-Strandfest im Ostseebad Göhren (News-1-wiking-strandfest-im-ostseebad-goehren\_19999.html)
- >> Silvester an der Seebrücke (News-silvester-an-der-seebruecke\_19985.html)
- >> Kranichzug macht Halt in Mecklenburg-Vorpommern (News-kranichzug-macht-halt-in-mecklenburg-vorpommern\_19983.html)
- >> Göhrener Seebrückenfest am 7.-9. August 2018 (News-goehrener-seebrueckenfest-am-7-9-august-2018\_19926.html)

Anzeige

HIER GRATIS  
PASSENDE  
KATALOGE  
BESTELLEN

→  
HIER KLICKEN

(data/werbung/?id=9&url=http://www.tambiente.de/Katalogbestellung.html)

### NEWS ARCHIV

Januar 2018 (Archiv- Januar_1_2018.html)	2018
Februar 2018 (Archiv- Februar_2_2018.html)	2017
März 2018 (Archiv- März_3_2018.html)	2016
April 2018 (Archiv- April_4_2018.html)	2015
Mai 2018 (Archiv- Mai_5_2018.html)	2014
Juni 2018 (Archiv-	2013
	2012
	2011
	2010



- [Juni\\_6\\_2018.html](#)
- [Juli 2018 \(Archiv-  
Juli\\_7\\_2018.html\)](#)
- [August 2018 \(Archiv-  
August\\_8\\_2018.html\)](#)
- [September 2018 \(Archiv-  
September\\_9\\_2018.html\)](#)
- [Oktober 2018 \(Archiv-  
Oktober\\_10\\_2018.html\)](#)

Anzeige



(data/werbung/?id=90&url=https://www.tambiente.de/Katalogbestellung.html)



(Katalogbestellung.html)



(https://www.facebook.com/tambiente)

## NEUESTE ARTIKEL

- >> [Genuss für Geist und Gaumen in Binz auf Rügen \(News-genuss-fuer-geist-und-gaumen-in-binz-auf-ruegen\\_20091.html\)](#)
- >> [Tief durchatmen in den Kur- und Heilwäldern Mecklenburg-Vorpommerns \(News-tief-durchatmen-in-den-kur-und-heilwaeldern-mecklenburg-vorpommerns\\_20092.html\)](#)
- >> [Eine Führung, drei Festspielhäuser \(News-eine-fuehrung-drei-festspielhaeuser\\_20090.html\)](#)
- >> [Die Steiermark von oben \(News-die-steiermark-von-oben\\_20089.html\)](#)
- >> [Auf dem Skateboard in Medebach durch die Herbstferien \(News-auf-dem-skateboard-in-medebach-durch-die-herbstferien\\_20087.html\)](#)
- >> [Gletschererlebnis am Großvenediger \(News-gletschererlebnis-am-grossvenediger\\_20088.html\)](#)
- >> [Kleinstadt-Romantik am Mittelrhein \(News-kleinstadt-romantik-am-mittelrhein\\_20085.html\)](#)
- >> [Präsentation des neuen Gastgebermagazins 2019 des Ostseebad Göhren \(News-praesentation-des-neuen-gastgebermagazins-2019-des-ostseebad-goehren\\_20083.html\)](#)
- >> [Das Pillerseetal läuft \(News-das-pillerseetal-laeuft\\_20084.html\)](#)
- >> [Neue Online-Plattform Die Wandertour vermittelt geführte Touren \(News-neue-online-plattform-die-wandertour-vermittelt-gefuehrte-touren\\_20086.html\)](#)

- [Home \(\)](#)
- [Reise-News \(News.html\)](#)
- [Katalogbestellung \(Katalogbestellung.html\)](#)
- [Magazinbestellung \(Magazinbestellung.html\)](#)

- [Kultur \(Kultur-Urlaub.html\)](#)
- [Aktiv \(Aktiv-Urlaub.html\)](#)
- [Happy-Family \(Happy-Family-Urlaub.html\)](#)
- [Wellness \(Wellness-Urlaub.html\)](#)

- [Kontakt \(Kontakt.html\)](#)
- [Impressum \(Impressum.html\)](#)
- [AGB \(AGB.html\)](#)
- [Datenschutz \(Datenschutz.html\)](#)

Info Harz - Das Portal in den Harz (<http://www.info-harz.de>)

Köln Deutz - Die schönste Seite Kölns (<http://www.koeln-deutz.de>)

Urlaub- und Reisenews (<http://www.urlaub-und-reise-news.de>)

Die schönsten Weihnachtsmärkte (<http://www.deutsche-weihnachtsmaerkte.de>)

© 2018 W&L multimedia solutions GmbH (<http://www.wl-agentur.de>)