



Pure Entspannung im Bad Meinberger Badehaus.

FOTO TOURISMUS NRW E.V./ TEUTOBURGER WALD TOURISMUS

Horn-Bad Meinberg: Natürlich. Gesund. Leben.

Horn-Bad Meinberg – ein Luftkurort und ein Heilbad eingebettet in die reizvolle Landschaft eines Mittelgebirges – der ideale Ort innezuhalten, den eigenen Organismus wieder als Ganzheit aus Körper, Geist und Seele wahrzunehmen und das Leben bewusster zu gestalten.

Die Zeit scheint einerseits rastlos zu sein, während sie andererseits stillzustehen scheint. Die Corona-Schutzmaßnahmen und das Virus haben uns tief ins Mark getroffen. Umso mehr nährt sich in uns das Bedürfnis, unser Leben zu genießen, zu wissen, wohin die Reise gehen soll, liebevoll ganz bei uns selbst und gleichzeitig anteilnehmend bezogen auf uns wichtige Menschen zu sein – kurzum bewusst(er) zu leben.

Bei uns in Horn-Bad Meinberg haben wir uns dieses Themas angenommen. Gemeinsam mit unseren therapeutisch-medizinischen und gesundheitsnahen Profis bieten wir Ihnen ein Füllhorn von Möglichkeiten,

um Ihre Bedürfnisse zu erfüllen. Rund um unseren Ortsteil Bad Meinberg mit dem Staatsbad Meinberg, ein prädikatisiertes Heilbad mit Heilwasser, Schwefelmoor und Kohlendioxid, finden Sie auf den zahlreichen gut dokumentierten Nordic-Walking-Strecken und Terrainkurwegen Ihren Weg sowohl zum Naturerlebnis als auch zur kontrollierten Leistungssteigerung, denn manche dieser Wanderwege gehen hoch hinauf. Gemeinsam mit Yoga Vidya haben wir die Vital-Wanderwelt mit einem ganzheitlichen Ansatz entwickelt.

Erkunden Sie so unsere drei Kurparke, den Historischen Kurpark mit Kurgastzentrum und Heilwasser-Brunnen, den Seekurpark und schließlich den als Silvaticum bekannten 40 ha großen Länderwaldpark. Unser Thermalmineral Meinberger Badehaus mit Sauna und Salzgrotte sowie Fitnessbereich lädt Sie zum Spannen und Entspannen ein.

Im Rahmen ausgewählter, ganzheitlicher Programme zur Gesundheitsförderung, wie Waldbaden und Coaching im Naturraum für Personen, Paare und Gruppen, erhalten Sie Inspiration und Hinweise für Ihren ganz individuellen Weg zur mehr Gesundheit und einem bewussteren Leben.

Bei Yoga Vidya, der größten Yoga-Community und dem größten Seminarhaus außerhalb Indiens, können Sie sich mit der Welt des Yoga und des Ayurveda auf Zeit oder so-

gar einen längeren Zeitraum vereinen. Unser zertifizierter Luftkurort Holzhausen-Externsteine erwartet Sie eingebettet in die Ausläufer des Teutoburger Waldes. Der kleine Kurpark lädt zum Verweilen und Durchatmen ein.

Die Gastronomie und Hotellerie am Ort ist erlesen und sollte vorausschauend gebucht werden. Mit den Externsteinen erwartet sie ganz in der Nähe eine besondere Natur-Kultur-Bühne. Hier treffen sich Jahrmillionen alte Natur, Jahrhunderte alte Kultur und der moderne Mensch. Je nach Tageszeit und Sonnenstand erscheinen die Steine mit einer anderen Aura. Für die einen sind sie ein spirituell-mystischer Kraft- und Ruheort, während sie für die anderen Zeugnisse der Erdgeschichte und der Naturkräfte sind. Besuchen Sie uns und lassen Sie sich in der Tourist-Info im Historischen Kurpark des Staatsbades Meinberg über Ihre Möglichkeiten informieren.



› **Kontakt:** Tourist-Information Horn-Bad Meinberg, Parkstraße 10, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: +49 (0) 5234/20597-0, Mail: info@hornbadmeinberg.de

www.hornbadmeinberg.de



Die berühmten Externsteine

FOTO GESUNDTOURISMUS HORN-BAD MEINBERG GMBH

83 % der Originalgröße

Bewusst leben. Das Gesundheitsmagazin. 17. 11. 2020, S. 14