

# Settimana di cure Kneipp al Camping Olympia



Dal 10 al 20 febbraio 2011, [presso il Camping Olympia di Dobbiaco](#)

**Settimana di approccio al metodo Kneipp**

**Come curare i disturbi della circolazione o del sistema immunitario**

(testo di Fabio Martorano – foto: Camping Olympia)

☒ Chi soffre di questi deficit può usufruire di un'ottima occasione per conoscere una terapia tanto antica quanto naturale, utile a curare malattie fastidiose e croniche. E' il sistema diffuso da **Sebastian Kneipp**. La sua disciplina prevede una serie di metodiche che sviluppano nel nostro organismo un equilibrio tonificante e duraturo. Essa si impernia su 5 importanti pilastri: l'idroterapia, la fitoterapia, il rilassamento, la dieta, il movimento. L'approccio con ciascuna di esse permette di concepire le regole principali per la conduzione di una vita ordinata.

In questi 10 giorni gli esperti saranno a disposizione delle persone presso il Camping di Dobbiaco per l'introduzione e la presentazione del metodo Kneipp. Ci sarà la possibilità di partecipare 2 volte a settimana ad un **percorso Kneipp guidato da un esperto** nella nuova sala appositamente chiamata "**AREA Kneipp**" che si trova all'interno della struttura abitativa centrale. Inoltre **ogni venerdì** l'attività sarà incentrata sulla possibilità di fare **immersioni in vasca, massaggi, tecniche di rilassamento; di chiedere e ricevere nozioni sulla dieta e sulle regole per una vita ordinata** in modo da creare l'equilibrio migliore per l'organismo. Merita approfondire l'iniziativa del Camping Olympia (convenzionato

con il Club) in quanto offre un'opportunità particolare ai soci: unire il relax della vacanza in camper con il beneficio fisico e terapeutico.

### **Settimana Culinaria**

☒ In questo mese di febbraio presso **il Ristorante Samyr**, situato all'interno del Campeggio, curerà i piatti "Kneipp": deliziose pietanze a base di prodotti biologici locali e/o regionali freschi. Per saperne di più e conoscere i prezzi **consigliamo di visitare i siti** predisposti dalla Direzione del Campeggio:

[http://www.camping-olympia.com/uploads/media/2010-2011\\_01.pdf](http://www.camping-olympia.com/uploads/media/2010-2011_01.pdf)

Oppure le news sull'argomento all'indirizzo:

<http://www.camping-olympia.com/index.php?id=73>

**[print\_link]**

**[email\_link]**