

Allgäu®

# Sebastian KNEIPP

in seiner  
**HEIMAT OTTOBEUREN**  
KLEINES HANDBUCH FÜR ENTDECKER

**OTTOBEUREN**  
ALLGÄU FÜR DIE SINNE



Mit dem kleinen Büchlein in Ihren Händen können Sie sich auf die Spuren von Pfarrer Sebastian Kneipp begeben. Es weist Ihnen den Weg zu den Lebensstationen von Kneipp hier in seiner Heimat. Außerdem können Sie im Sinne Kneipps spazieren oder wandern, etwa zu einem der Tretbecken und Kneipp-Anlagen oder entlang der „Glücksheimat-Runde“ durch das schöne Günztal zum Geburtsort von Kneipp.


## Geburtsort Stephansried (Ortsteil von Ottobeuren – 5 km)



Gemälde des Elternhauses um 1898 aus der Biografie von Dr. Alfred Baumgarten, dem ärztlichen Mitarbeiter von Kneipp.

Am 17. Mai 1821 um 23:30 Uhr wurde Sebastian Anton Kneipp als Sohn des Webers Xaver Kneipp und dessen Frau Rosina geboren.

Kneipp wuchs in armen Verhältnissen auf, musste schon als Kind am Webstuhl sitzen und das Vieh hüten. Die Mutter war ein „Kräuterweible“, die dem Sohn die Heilwirkung der Pflanzen lehrte. An seinem zwanzigsten Geburtstag brannte nahezu das ganze Dorf nieder, Kneipp verlor im Feuer all seine Ersparnisse. Die Katastrophe markiert einen Wendepunkt in Kneipps Leben. Über all seine Lebensstationen hinweg blieb er seiner Heimat zeitlebens eng verbunden.

 Wander-Tipp: die Glücksheimat-Runde nach Stephansried auf Seite 9

## Geburtsort Stephansried (Ortsteil von Ottobeuren – 5 km)



Gedenktafel an Haus Nr. 4  
in Stephansried

Ein Jahr nach dem Tod von Kneipp wurde zu seinen Ehren ein Denkmal in Stephansried errichtet.

Es steht an der Stelle, wo sich das Geburtshaus von Kneipp befand und ist frei zugänglich.

Unterhalb des Denkmals befindet sich ein schönes Kneipp-Tretbecken.



## Basilika Ottobeuren



**Taufstein** – bereits 8 Stunden nach der Geburt wurde der kleine Sebastian Anton Kneipp vom Ortspfarrer Sebastian Rösler in der barocken Abteikirche, die heutige Basilika, Ottobeuren getauft. Der Taufstein von damals befindet sich heute noch auf der vom Eingang aus gesehenen linken Seite, nach dem Seitengestühl.

Auszug aus dem Taufbuch.

Geburt: 17. Mai 1821, um 23.30 Uhr

Taufe: 18. Mai 1821, 7:30 Uhr





## Vom Hirtenjunge zum Priester

Lang und beschwerlich war der Weg für Sebastian Kneipp.

Entgegen vieler Widerstände stand Sebastian Kneipp am 24. August 1852 am Kreuzaltar in der Basilika Ottobeuren und am Ziel seiner Träume.

An diesem Tag feierte er als Jungpriester seine erste heilige Messe (Primiz).

## Kneipp-Aktiv-Park

Direkt gegenüber der Benediktinerabtei finden Sie den schönen Kneipp-Aktiv-Park, mit Inspirationen zu allen fünf Säulen der Kneipp'schen Lehre: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilkräuter und Balance. So gibt es unter anderem einen Meditationsgarten für die innere Einkehr, ein klassisches Arm- und Tretbecken, eine Gießstation, und eine „Himmelstreppe“, die zu Ruheplätzen führt.



Wasser



Bewegung



Heilpflanzen



Ernährung



Lebensordnung

## KNEIPP-TRETANLAGEN IN UND UM OTTOBEUREN

Entlang von Wander- und Spazierwegen, in und um Ottobeuren, finden Sie eine Vielzahl an Kneipp-Anlagen und Tretbecken. Probieren Sie das „Kneippen“ doch einfach einmal aus.



**i** **Wassertreten nach Kneipp:**  
Beim Wassertreten die Füße abwechselnd ganz aus dem Wasser heben („Storchengang“).  
Verlassen Sie das Wasser, wenn das Kältegefühl in den Beinen unangenehm wird. Anschließend Wasser abstreifen und durch Bewegung trocknen lassen.

Fußweg nach Stephansried  
„Kirchweg Seb. Kneipp“  
(4,2 km - 1 Std).



Stephansried

zum  
Kneipp-Denkmal  
Stephansried (PKW 5 km)

Richtung  
Erkheim



Alter Postweg nach Guggenberg



Guggenberg



Schelmenheide

Eldern

Richtung  
Hopferbach



## Kneipp-Aktiv-Park



 Eine Infobroschüre zum Kneipp-Aktiv-Park ist im Touristikamt (Haus des Gastes, Marktplatz 14) oder unter [www.ottobeuren.de](http://www.ottobeuren.de) erhältlich.



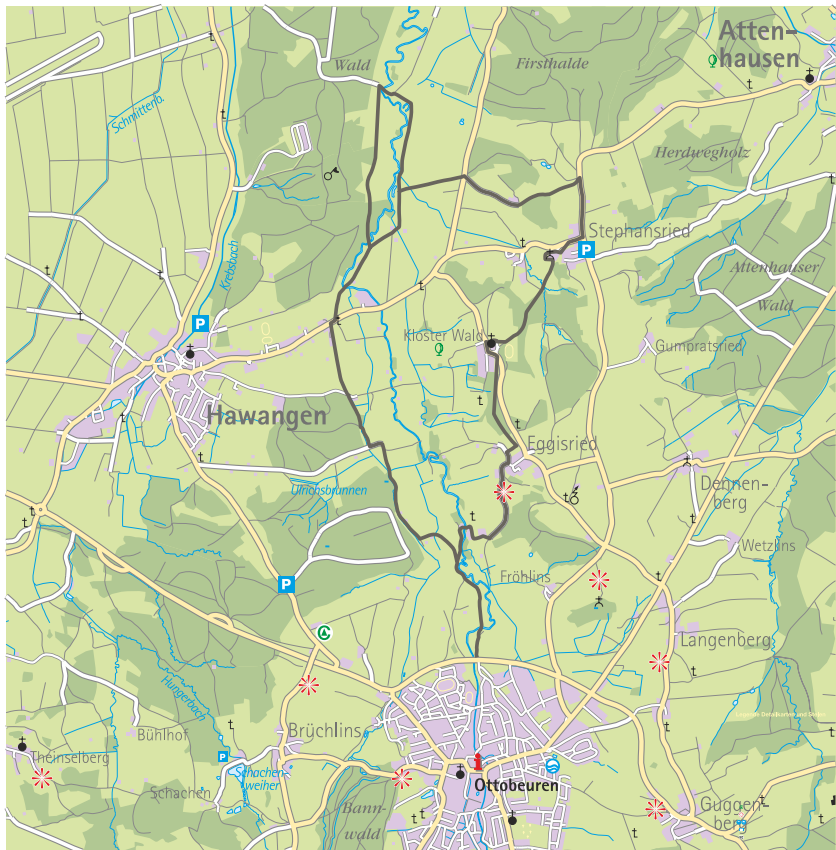
## Glücksweg: Glücksheimat-Runde – Kneipp ergründen



Auf der Glücksheimat-Runde wandert man auf den Spuren von Sebastian Kneipp. Die fast 14 Kilometer lange Tour führt von Ottobeuren über die Erich-Schickling-Stiftung nach Klosterwald, an seinen Geburtsort Stephansried und zum Hundsmoor – Lebensraum vieler seltener Tiere und Pflanzen – sowie zur Westlichen Günz. Einen Teil der Strecke ist Kneipp selbst oft beim Kirchgang und als Schulweg gegangen.



## Glücksweg: Glücksheimat-Runde



### **Anspruch:**

Halbtageswanderung mit leichten Steigungen am Anfang.

Gehzeit: 3,5 Std., Länge: 13,6 km mit Schleife Hundsmoor, Höhendifferenz: 92 hm,

Ausgangspunkt: Unterführung nördliche Umgehungsstraße MN2013

Wegeverlauf: Umgehungsstraße – Erich-Schickling-Stiftung – Klosterwald – Stephansried – Hundsmoor – Biotop Westliche Günz – Umgehungsstraße

## Ausflüge in die Umgebung:

**Bad Grönenbach** – Im heutigen Kneippheilbad Bad Grönenbach arbeitete Kneipp von 1842-43 auf dem Bauernhof des Bürgermeisters. Der junge Kaplan Matthias Merkle – ein entfernter Verwandter – unterrichtete Sebastian in Latein und bereitete ihn auf das Gymnasium vor, das er anschließend in Dillingen besuchte. Nach bestandener Abschlussprüfung – und überstandener schwerer Krankheit – studierte Kneipp Theologie und Philosophie.

Der Unterallgäuer Kneipp-Wanderweg führt von Ottobeuren nach Bad Grönenbach. (ca. 17 km, Gehzeit 4,5 Std. Tourenbeschreibung und Karte online auf [www.outdooractive.com](http://www.outdooractive.com).)



**Bad Wörishofen** – der Kneippkurort war von 1855 bis zu seinem Tod 1897 Kneipps zentrale Wirkungsstätte. Der Unterallgäuer Kneipp-Wanderweg verläuft zwischen Ottobeuren und Bad Wörishofen (ca. 27 km, Gehzeit 6 Std., Tourenbeschreibung und Karte online unter [www.outdooractive.com](http://www.outdooractive.com))

Auskunft zu Bahn/Bus: [www.bahn.de](http://www.bahn.de), [www.bbs-brandner.de](http://www.bbs-brandner.de)

