

## **Vier kuuroorden, vier eigen karakters – welzijn met diepgang in het Osnabrücker Land**

Bad Essen, Bad Iburg, Bad Laer en Bad Rothenfelde geven het Osnabrücker Land zijn gezicht als regio waar gezondheid centraal staat. Elk kuuroord heeft een eigen sfeer en traditie. Samen vertellen ze het verhaal van zoutwaterbronnen, water, bossen en een badcultuur die al generaties lang in de streek verankerd is.

De oorsprong daarvan ligt in het landschap zelf. Het Osnabrücker Land maakt deel uit van het *Natur- und UNESCO Global Geopark TERRA.vita*. Miljoenen jaren van geologische ontwikkeling hebben hier de bodem, gesteenten en bronnen gevormd. Diep onder de grond liggen zoutlagen die al eeuwenlang worden benut. Ze vormen de natuurlijke basis voor een bijzondere wisselwerking tussen natuur en gezondheid.

### **Diep inademen bij het zoute water**

In Bad Essen, Bad Laer en Bad Rothenfelde speelt zout al eeuwenlang een centrale rol. Gradeerwerken, de SoleArena en inhalatiepaviljoens zijn dan ook onmisbare elementen in de kuurparken.

Het zoute water sijpelt langs wanden van sleedoorntakken naar beneden. Daarbij verspreiden zich fijne zoutdeeltjes in de lucht. Wie langs de gradeerwerken wandelt, voelt de zilte lucht op de huid en merkt hoe de ademhaling rustiger wordt. Het tempo vertraagt vanzelf. Veel bezoekers hebben hier het gevoel even aan zee te zijn.

### **Kneippbaden, bossen en vergezichten**

Bad Iburg voegt aan de traditionele kuren met zout water nog een ander gezondheidsconcept toe. Hier staan de ideeën van Sebastian Kneipp centraal.

Op de zuidelijke helling van het Teutoburgerwoud vormen waterbehandelingen, beweging en frisse boslucht de basis van het kuuraanbod. Het water kabbelt door het bosrijke kuurpark. Het boomkroonpad voert bezoekers tot wel dertig meter hoog door de toppen van oude beuken. Van daaruit opent zich een weids uitzicht over het bosrijke landschap van het Teutoburgerwoud.

Wie hier wandelt, merkt al snel hoe rustgevend het bos werkt. Het ritselen van bladeren, het zachte mos onder de voeten en het spel van licht en schaduw vormen een natuurlijke achtergrond die uitnodigt om te vertragen en tot rust te komen.

### **Het goede uit de diepte**

De geologische geschiedenis van de regio werkt nog altijd door in het dagelijks leven – ook in de regionale keuken. In Bad Iburg gedijen wijnstokken op de bontzandsteen. De wortels dringen diep door in de mineraalrijke bodem, wat de wijnen hun heldere, verfijnde karakter geeft en een weerspiegeling is van het landschap.

Ook in Bad Essen herinnert het zout uit de oerzee aan een tijd waarin hier een tropische zee lag. Tegenwoordig wordt dit zout gebruikt in regionale gerechten en specialiteiten. Zo ontstaat er een natuurlijke verbinding tussen gastronomie en een landschap dat zich in de loop van miljoenen jaren heeft gevormd.

### **Een regio die verbindt**

De kuuroorden liggen op slechts een paar kilometer van elkaar. Er zijn fiets- en wandelroutes die de plaatsen met elkaar verbinden. Een mooie manier om de regio actief te verkennen is de 'Sole & Kneipp-Tour'.



De routes geven een goed beeld van de veelzijdige regio: gradeerwerken en kuurparken, bossen en uitzichtpunten, zoutwaterbaden en kneippvoorzieningen. Elke plaats heeft zijn eigen karakter en bijzonderheden. Samen vormen ze een gezondheidsregio met verrassend veel afwisseling.

Misschien schuilt daarin wel de grootste aantrekkingskracht van het Osnabrücker Land: een streek die haar geschiedenis niet luid verkondigt, maar bezoekers uitnodigt om haar stap voor stap zelf te ontdekken.

Anja Hehmann



Herrenteichsstraße 17+18 | D-49074 Osnabrück

+49 541 323 4571 | [hehmann@osnabruecker-land.de](mailto:hehmann@osnabruecker-land.de) | [www.osnabruecker-land.de](http://www.osnabruecker-land.de)