

Bäderwesen im Riesengebirge





- Lázeňství v Krkonoších
 - Spa Industry in the Krkonoše Mountains
 - Bäderwesen im Riesengebirge
 - Uzdrowiska w Karkonoszach
1. Janské Lázně
 2. Špindlerův Mlýn
 3. Rudník
 4. Harrachov
 5. Horní Štěpanice
 6. Luční bouda
 7. Benecko
 8. Lázně Cieplice
 9. Kowary
 10. Wysoka Łąka
 11. Bukowiec
 12. Karpacz
 13. Szklarska Poreba



4. Harrachov



13. Szklarska Poreba



8. Lázně Cieplice



11. Bukowiec



10. Wysoka Łąka



9. Kowary



12. Karpacz



6. Luční bouda



2. Špindlerův Mlýn



7. Benecko



5. Horní Štěpanice



1. Janské Lázně



3. Rudník



Bäderwesen im Riesengebirge

Heilbäder sind eine der bedeutendsten Branchen des tschechischen und polnischen Fremdenverkehrs, die Riesengebirgsregion nicht ausgenommen. Heutige Kurgäste tauschen immer häufiger einen klassischen Urlaub gegen eine wohltuende Kur aus, viele kommen ‚nur‘ deshalb ins Bad, um die Kondition zu festigen oder zu erhöhen. Experten zufolge zeichnet sich im gesamten entwickelten Europa ein Sinneswandel und neuer Trend ab – immer mehr Menschen kommen aus präventiven Gründen zur Kur. Man räkelt sich weniger am Strand und investiert lieber in die eigene Gesundheit. Auch im Riesengebirge geben zahlreiche Heilbäder, gezwungen vom harten Wettbewerb, ihre frühere enge Spezialisierung auf und locken die Klienten mit einem immer breiteren Leistungsspektrum, inklusive Relax- und Konditionsprogrammen an.

Janské Lázně (Johannisbad)

In Janské Lázně – Johannisbad entspringen an die dreißig Quellen mit radioaktivem, Mineral- und Thermalwasser. Die Johannisbader Thermen entspringen allesamt am Fuße des Schwarzen Berges (1 299 m ü. NN). In der Gegenwart wird das Mineralwasser für die Bäder aus zwei Quellen gefasst: der Johannis und der Schwarzen Quelle (Janovy u. Černý pramen). Aus diesen wird aus 700 bis 1.400 Metern Tiefe eine Kalzium-Natrium-Hydrogencarbonathaltige Therme herangeführt – ein hochwertiges Mineralwasser, das an der Austrittsstelle eine Temperatur von 27,50 °C hat. Im 14. Jahrhundert begann man, das 27 °C warme Wasser zu Bädern zu verwenden. Der damalige Herrschaftsbesitzer Zilvar von Silberstein ließ zum Eigenbedarf der Familie eine Holzbaracke über der Quelle errichten

– die erste, zugegeben recht primitive, hiesige Kureinrichtung. Anno 1677 ließ Fürst Johann Adolf Schwarzenberg dann weitere Kurhäuser errichten und legte so den Grundstein zum Bäderwesen im Riesengebirge. Was mehr, er ließ sogar eine wissenschaftliche Abhandlung über die Heilwirkung der Johannisbader Therme abfassen. Eine bedeutende Tat der Kur-Experten vom Beginn des vergangenen Jahrhunderts war die Analyse der Therme durch Dr. Oskar Baudysch vom Rockefeller-Institut in New York und an der Yale-Universität. Die Analysen erwiesen, dass das böhmische Mineralwasser eine ähnliche Zusammensetzung hatte, wie die Warm Springs im US-amerikanischen Staat Georgia, die man



schon damals zur Heilung der Folgen von Lähmung, namentlich von Kinderlähmung verwendete. Ab 1935 begannen auch die Johannisbader Ärzte, diese Methoden anzuwenden und schon bald machten sie dank ihrer Behandlungserfolge weltweit Furore. Heute spezialisiert sich Janské Lázně auf die Behandlung von Erkrankungen des Bewegungs- und Atmungsapparates, Zuständen nach Verbrennungen, Nervenkrankheiten und onkologischen Erkrankungen und dies sowohl bei Erwachsenen, als auch Kindern. Außer zahlreichen kurmedizinischen Behandlungen fehlt auch ein Reha-Becken mit Thermalwasser für immobile Klienten nicht. Zu den ermutigenden Behandlungsergebnissen tragen außer den tiefen Traditionen des Kurortes und den Erfahrungen seiner Fachärzte und Therapeuten auch die einzigartige Lage Johannisbads mitten im Herzen des Riesengebirges bei. Ein bekanntes Objekt von Johannisbad ist der sog. Quellbrunnen „Prameník“, der für alle Vorüberkommenden gratis sprudelt. Er wird von der Bürgermeisterquelle und der Herrenquelle im Quellgebiet des Rudolfstals gespeist.

Auch Spindelmühle hatte seine Kur-Ära

Zur Mitte des 19. Jahrhunderts tauchten die ersten Sommergäste in Spindelmühle – Špindlerův Mlýn auf und der Ort begann das Prädikat ‚Bad‘ zu verwenden. So entstanden die Hotels Špindlerův Mlýn, Hotel Wiesenhaus (Luční dům), der Familiengasthof Erlebach, Villa Krakonoš

oder Marienwarte, das Restaurant Sněžka und andere mehr. Außer balneologischen Behandlungen und Luftkuren hatte es den damaligen Besuchern sogar ein beheiztes Freibad zu bieten. Vom 1. Juli bis zum 30. August war immer Haupt-Kursaison. Da Spindelmühle keine Mineralquellen zu bieten hatte, dienten Bergluft, Ruhe und Spaziergänge als Kurmittel. Die Kurgäste suchten bei ihren Kuren in Spindelmühle Genesung von schweren Erkrankungen, wie Typhus, Lungen- und Brustfellentzündung, chronischem Gelenk- und Muskelrheumatismus, Blutvergiftung aber auch von Nervenkrankheiten, Rachitis und Erkrankungen der Atmungsorgane. In der Liste der Heilanzeigen standen aber auch Beschwerden, wie allgemeine Schwäche, Verdauungsstörungen nervlicher Herkunft, Fettleibigkeit und organische Herzleiden. ‚Klima- bzw. ‚Luftkuren‘ sind jedoch längst nicht nur Glanzpunkte der Spindelmühler Geschichte, sondern auch heute noch fester Bestandteil eines umfangreichen, namentlich Wellness-Angebots der Mehrheit aller Unterkunftseinrichtungen in Špindlerův Mlýn.

Mineralquelle in Rudník

Ein interessanter Ortsteil von Rudník ist Lázně Fořt (Bad Forst). Noch bis 1922 war dies ein echter Kurort mit stattlichen Gebäuden, Grünanlagen und Waldpark, mit einer von der Legende über die wundersame Heilung eines blinden Mädchens umwobenen Heilquelle und begehrten Heilkuren. Durch die Errichtung des ersten tschechischen Chemiebetriebs zur Herstellung von Kunstseide im Jahre 1921 in unmittelbarer Nachbarschaft büßte das Heilbad seine Attraktivität ein, bis der Kurbetrieb völlig zum Erliegen kam. Dessen ungeachtet sprudelt die ‚Wunderquelle‘ bis heute munter weiter und löscht den Durst der Vorübergehenden.

Sagenumwobene Quellen

Über die Heilkraft der **Johann-Nepomuk-Quelle in Harrachov (Harrachsdorf)** kursierten zahllose Geschichten; so weiß eine der Legenden zu berichten, das Brunnlein habe auf wundersame Weise die Augen der Gräfin Anna von Harrach geheilt. Aufgrund dieser Begebenheit wurde das ganze Tal fortan Annental genannt und das ehemalige Bad bekam den Namen Annabad. Bis heute pilgern zahllose Besucher für einen Schluck Wasser zum heiligen Johann. Auch deshalb wurde **Harrachov** zu Beginn des 19. Jahrhunderts als Sommerfrische mit ‚wohltuender, kristallklarer und würziger Gebirgsluft, Gebirgssonne, ausgezeichnetem Trinkwasser und guter Versorgung‘ angepriesen. Harrachsdorfer Kuren waren gut zur Rekonvaleszenz geeignet, ausgedehnte Spaziergänge stärkten die Herzmuskeln und die Bergluft stimulierte die Bildung roter Blutkörperchen. Außerdem verabreichte man hier Kohlensäure-, Jod- und Fichtennadelbäder. Eine Analyse des hiesigen Torfes erwies, dass er in Zusammensetzung und Wirkung dem in Franzensbad/Františkové Lázně ähnelt.





Böse Zungen behaupteten zwar, dass das unter der **Kapelle in Horní Štěpánice** sprudelnde Wasser direkt unter dem Friedhof fließt – aber das ist nicht wahr. Es fließt nämlich aus hiesigem Kalkgestein, deshalb ist sein Wasser auch klitzeklar. Früher liefen unsere Großmütter, wenn sich das Augenlicht trübte, nicht zum Augenarzt, sondern feuchteten das Taschentuch in diesem Brunnlein an und legten es auf die Augen, um den Sehsinn zu schärfen.

Moderne Forschung ermöglichte den Aufschwung einer völlig neuen Bäderkultur. Beispielsweise wird nun das aus einem tiefen Brunnen gepumpte Gebirgsquellwasser mit zehn Litern Harrachover Bier vermischt und im Bierbad Harrachov zu verjüngenden Bierbädern verwendet. Auf der Wiesenbaude/Luční bouda wiederum werden Bäder mit Bierzusatz geboten, die aus den munteren Fluten des Weißwassers/Bílá Lábe zubereitet werden. Alles wird mit zerstoßenem Hopfen und sonstigen geheimen Ingredienzen „gewürzt“. Bei diesem Relaxbad bekommt man noch ein Glas ungefiltertes und nicht pasteurisiertes Bier mit lebenden Hefekulturen gereicht, das wohltuend auf den gesamte Verdauungstrakt wirkt.

Manche Gebirgssorte greifen die alte Idee von **Špindlerův Mlýn** wieder auf und locken ihre Besucher zu Spaziergängen an der gesunden, von heißem Wind und Frost gewürzten Bergluft, die den müden Kopf und den ganzen Körper viel besser zu durchbluten vermag. In unserer übertechnisierten Welt eine echt wohltuende Erfrischung. Auch Benecko bietet eine gesunde Mischung aus Höhenluft, Spaziergängen an der gesunden Bergluft und faszinierenden Landschaftsblicken.



Zahlreiche moderne Riesengebirgshotels bieten einwöchige Aufenthalte mit Wellnessprogrammen, inklusive Massagen, Packungen, Hydromassagewannen, Sprudelbädern und einem Hotelschwimmbaden mit Salzwasser.

Lázně Cieplice – Bad Warmbrunn, Jelenia Góra

Bad Warmbrunn – Cieplice ist das älteste Heilbad Polens. Es liegt in 350 m Meereshöhe, inmitten des Hirschberger Tales (Kotlina Jeleniogórska), das von gleich vier Gebirgen eingeschlossen ist: vom Riesengebirge, Isergebirge, vom Bober-Katzbach-Gebirge und vom Landeshuter Kamm. Charakteristisch für das Tal sind häufige Wetterumschläge, heftige Winde, erhebliche Tagestemperatur- und Luftdruckschwankungen, aber auch eine Menge Sonnenschein im Jahr. Das 1281 gegründete Bad bildet heute das Kurviertel der Stadt Jelenia Góra (Hirschberg) in der Wojewodschaft Niederschlesien.

Es ist für seine Schönheit, Ruhe und günstigen klimatischen Bedingungen berühmt. Dank dessen eroberte es schon die Herzen vieler namhafter Besucher. Berühmtester Kurgast in Warmbrunn war die polnische Königin Marysieńka Sobieska, die hier anno 1687 mit ihrem Hof weilte.

Die bis zu 90 °C heißen Mineralquellen von Cieplice werden zur Heilung von Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates, Rheumatismus, postoperativer Zustände, Erkrankungen des Nervensystems, der Harnwege, sowie Nieren- und Augenkrankheiten verwendet.

Das Sanatorium für Naturheilkunde bietet 40 Arten kurmedizinischer Anwendungen in den Bereichen Wasserheilkunde, Balneotherapie, Inhalation und Kinesiotherapie, Licht- und Elektrotherapie auf der Basis von Mineralwässern (fluorid- und siliziumhaltige, hypotonische, schwach mineralisierte, alkalische Thermen) und Torfen hohen Typs.

Das spezialisierte Kindersanatorium für Naturheilkunde bietet Anwendungen, die bei der Heilung von Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates auf dem Gebiet der Rheumatologie und Orthopädie behilflich sind. Die Kinder können im Laufe der Kur hier auch die hiesige Grundschule oder das Gymnasium besuchen.

Kowary (Schmiedeberg)

1966 öffnete hier eine Rheumatologische Kinderheilstätte mit 65 Betten ihre Tore, die Kinder zwischen 3 und 10 Jahren aufnahm. In den 90er Jahren des 20. Jahrhunderts wurde der Betrieb jedoch wieder eingestellt.

In unmittelbarer Umgebung des teilweise bewaldeten Stadtparks mit zahlreichen interessanten Gehölzen und vielen Rhododendren gab es noch vor dem 2. Weltkrieg eine Kuranstalt für Eisenbahner. Das Kurhaus wurde 1905, in einem Zug mit dem Bau der (heute bereits stillgelegten) Eisenbahnstrecke Schmiedeberg – Landeshut (Kowary – Kamienna Góra) errichtet. In den 60er Jahren des 20. Jahrhunderts wurde das Gebäude nach einem Brand umgebaut, 2014 wurde dann seine umfassende Rekonstruktion abgeschlossen. Heute befindet sich hier das Spa und Wellnesscenter Medical Spa Jelenia Struga. Es bietet kurmedizinische Anwendungen wie beispielsweise Hydrotherapie, Magnetfeldtherapie und Elektrotherapie, aber auch Kurse für gesundes Kochen, Nordic Walking mit Instrukteur, Massagen und Physiotherapie. Fachkundige Mitarbeiter bringen den Patienten die Grundregeln eines gesunden Lebensstils bei. In den Stollen der einstigen Uranzeche Podgórze in Kowary wurde Mitte der 70er Jahre des vergangenen Jahrhunderts ein unterirdisches Inhalatorium eingerichtet. Diverse Studien erwiesen den gesundheitsförderlichen Effekt längerer Untertage-Aufenthalte auf das kardiovaskuläre System, den Atmungsapparat, allergische und entzündliche Hauterkrankungen und Nierenentzündungen. Erfolgreich war man auch bei der Behandlung der Unfruchtbarkeit und Impotenz bei Männern, bei Frauen wiederum bei der Milderung der Beschwerden in den Wechseljahren. Nach 15 Jahren wurden der Betrieb eingestellt.

2002 wurde jedoch ein neues Radon-Inhalatorium in den ehemaligen Stollen eines Uran- und Erzbergwerks am **Relax & Wellness Center Jelenia Struga** eröffnet – das einzige natürliche, unterirdische Inhalatorium in ganz Polen und erst das fünfte weltweit. Man heilt hier chronische, degenerierende und deformierende Gelenkerkrankungen, Spondylose, Spondylarthrose, Osteochondrose, Morbus Bechterew, chronische Nervenentzündungen und Hauterkrankungen, Psoriasis, Neuralgien, schlecht heilende Geschwüre, Sklerodermie, hohen Blutdruck, ischämische Herzerkrankungen, Erkrankungen der Atmungsorgane, mit Diabetes verbundene Komplikationen, außerdem erleichtert der Aufenthalt die Rehabilitation nach Unfällen am Bewegungsapparat. Im unterirdischen Inhalatorium sprudelt mit Radon angereichertes Mineralwasser, das zu ergänzenden Therapien verwendet wird.

Ehemaliges Heilbad

Auch im ebenfalls im Hirschberger Tal gelegenen **Bad Wysoka Łąka (Hohe Wiese)** und in **Bukowiec (Buchwald)** heilte man einst Patienten mit Lungenkrankheiten. Bis heute gibt es in Wysoka Łąka eine Klinik, die sich auf Lungenkrankheiten spezialisiert. Bukowiec wiederum wird seiner



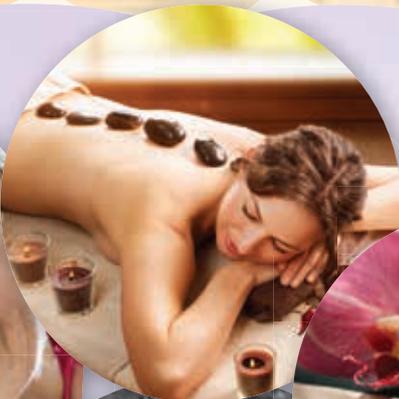
Rolle als Allgemeines Krankenhaus gerecht. Beide Jugendstilgebäude mit ihren zahlreichen Veranden und Türmchen wurden in einem hübschen, ausgedehnten Park errichtet, der den Patienten Möglichkeit zu romantischen Spaziergängen mit herrlichen Aussichten auf das Panorama des Ostriesengebirges bietet.

Karpacz (Krummhübel)

Karpacz ist ein liebliches Gebirgsstädtchen mit einem Flair wie eine Stadt im Alpenvorland. In Wirklichkeit liegt es 480 bis 885 m ü. NN im Melzergrund/Kocioł Łomniczki und schmiegt sich von der polnischen Seite aus an den Fuß der Schneekoppe/Sněžka. In der Gegenwart ist Karpacz nicht nur ein begehrtes Skizentrum, sondern auch ein Kurort, dessen moderne Hotelkomplexe mit verschiedensten Relax-Aufenthalten, inklusive Massagen, Bädern, Saunen, Kosmetik, angenehmer Unterkunft und guter Beköstigung aufwarten. Immer verbunden mit aktiver Bewegung an der gesunden Gebirgsluft.

Relax-Aufenthalte in gesundem Gebirgsmilieu, verbunden mit diversen Wellness-Aktivitäten werden aber auch in weiteren modernen Hotelkomplexen geboten, beispielsweise in **Szklarska Poręba** (Schreiberhau).

Warum also nicht einen der Riesengebirgskurorte besuchen, um sich bei Heilanwendungen verwöhnen zu lassen, vor allem aber, um in tiefen Zügen die kristallklare und würzige Bergluft zu atmen. Was mehr – die Gebirgssonne lässt alle Müdigkeit schnell verfliegen, sie stählt die Gesundheit und erhöht die Kondition.



Krkonoše
svazek měst a obcí

Zámek 1
543 01 Vrchlabí
Tel.: +420 499 405 732
E-mail: svazek@krkonose.eu
www.krkonose.eu