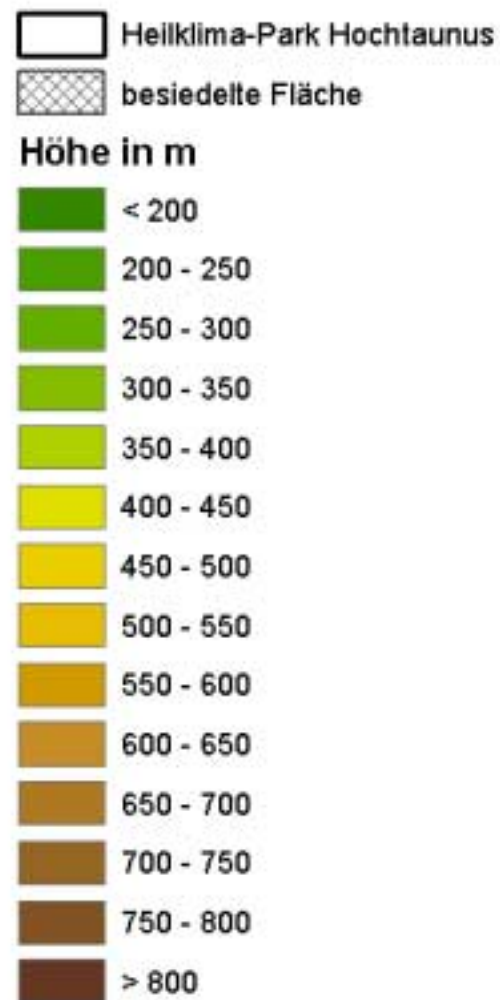
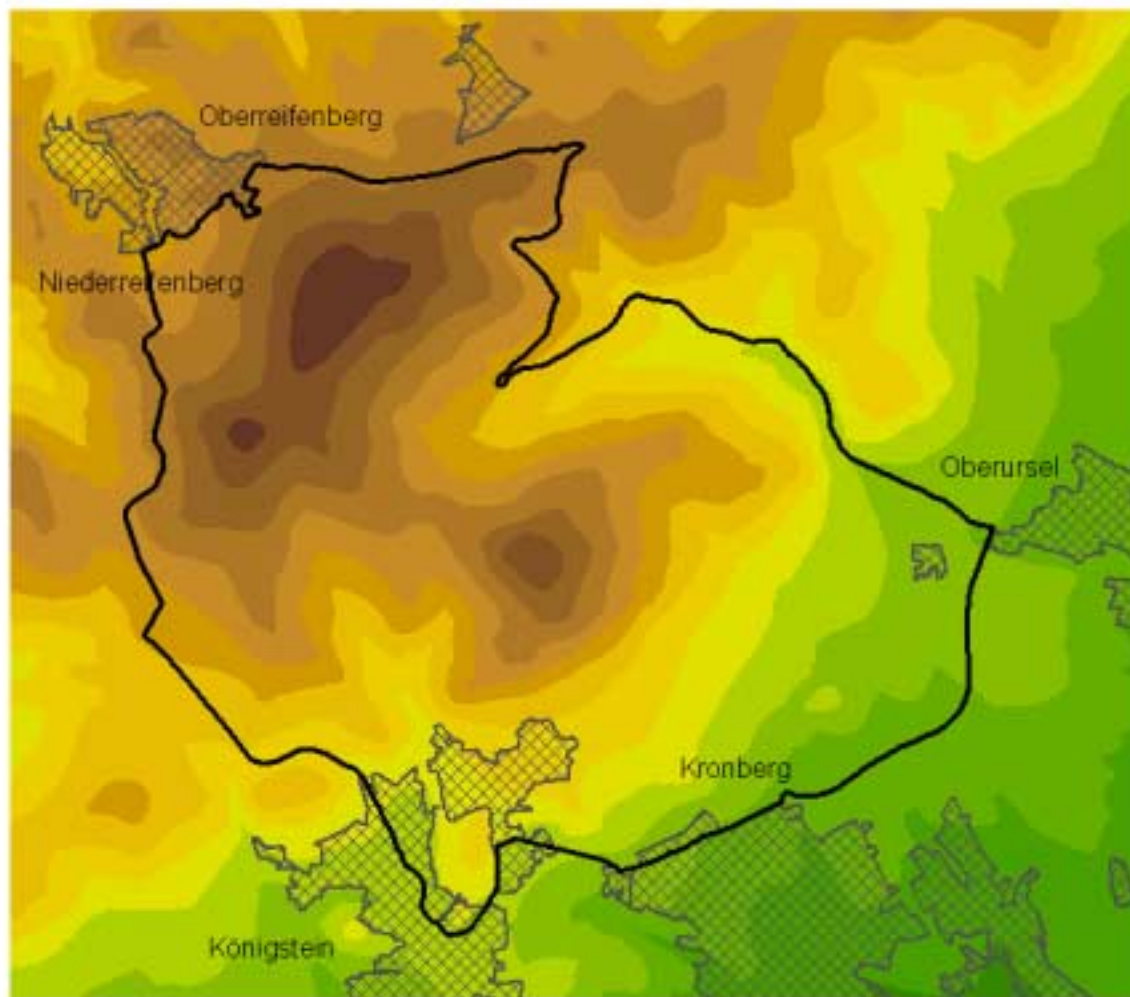


Der Heilklima-Park Hochtaunus

cand. geogr. Katharina Gabriel²
Angelika Grätz¹
Gudrun Laschewski¹
Gerd Jendritzky¹
Rainer Kowald³

¹Freiburg i. Brsg. ²Berlin ³Königstein/Ts.

Heilklima-Park Hochtaunus - Relief





Begriffsbestimmungen des Deutschen Bäderverbandes e.V.

Punkt 1.4.3.4. Heilklimatischer Kurort

...

Kurpark und ausgedehnte Waldbereiche,
für die das **Wegenetz** für die Bewegungs-
und Klimatherapie **bioklimatisch** und
belastungsphysiologisch ausgemessen
und bewertet ist;

...

Terrainkur

Was ist eine Terrainkur?

- * Kombination von dosiertem Gehen im Gelände mit Exposition gegenüber leichten Kaltreizen und reizärmeren Aerosolen der Aussenluft

Wirkmechanismen

- * körperliche Aktivität (Bewegungstraining)
- * Einwirken leichter Kaltreize (Abhärtung)

Ziel

- * Auslösung von Anpassungsmechanismen: vegetatives Nervensystem, Stoffwechsel, höhere Fitness

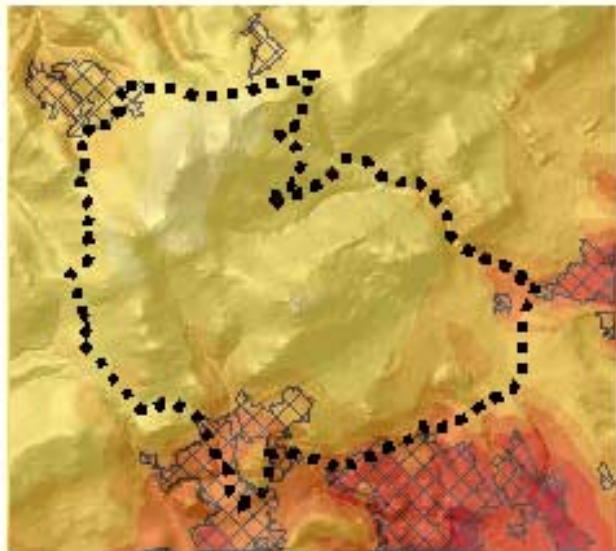
KURKLIM

**Verfahren zur gesundheitstouristischen und/ oder
therapeutischen Nutzung von Wetter und Klima**

Was bietet KURKLIM ?

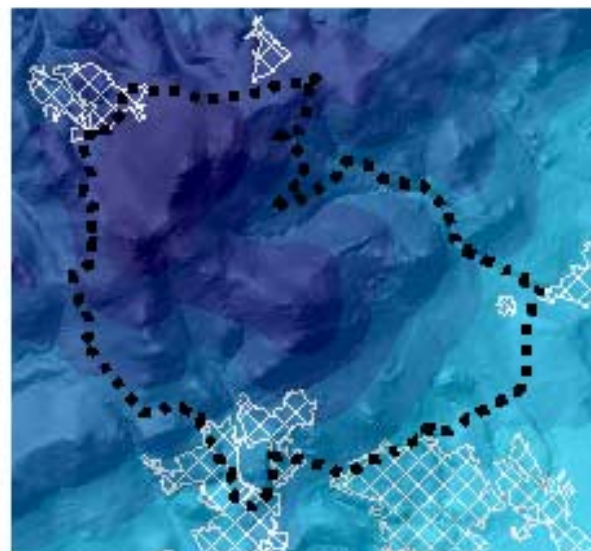
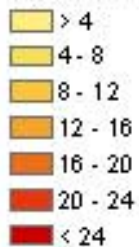
- I hochaufgelöste Bioklimakarte**
- II Terrainkurkonzept**
- III Software für Beratungsterminal**

Bioklimatische Eigenschaften des Heilklima-Parks



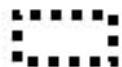
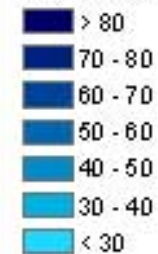
Wärmebelastung

Tage pro Jahr



Kältestress

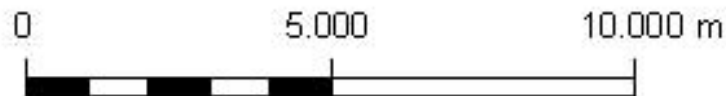
Tage pro Jahr



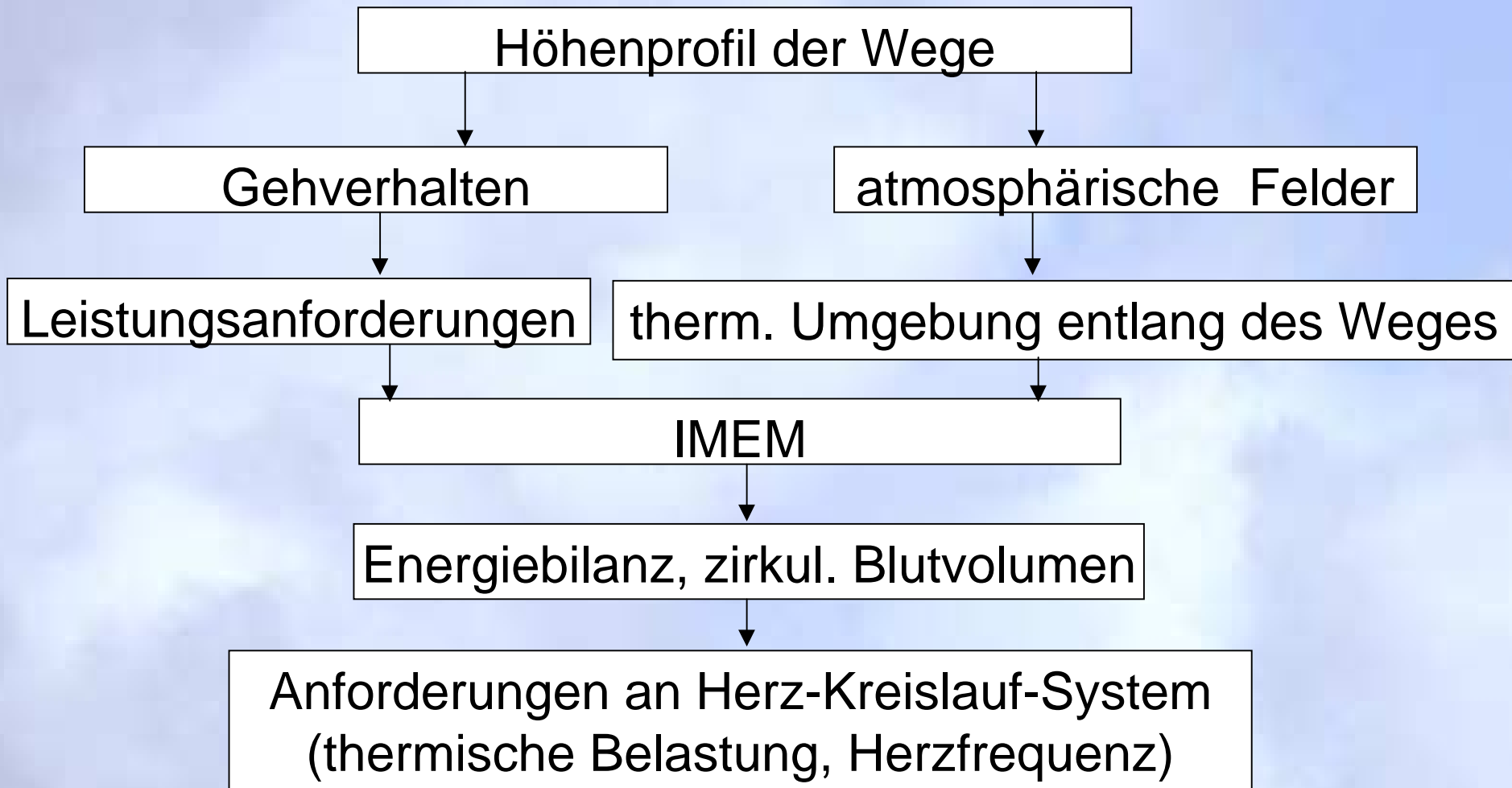
HeilklimaPark_HT



Siedlungsfläche

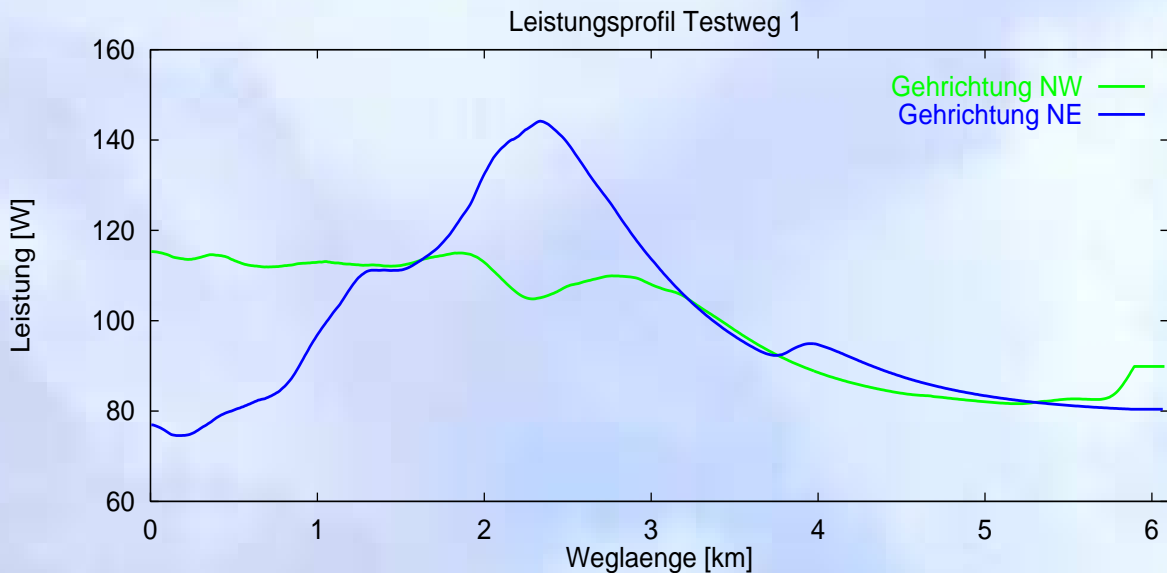
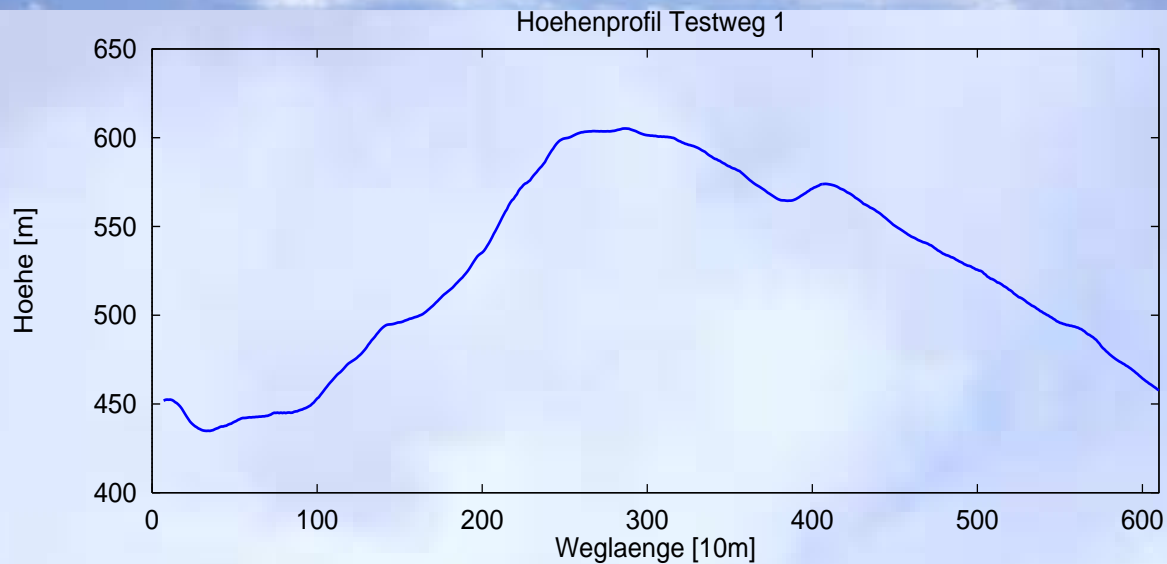


TERRAINKURKONZEPT



Deutscher Wetterdienst

Geschäftsfeld Medizin- Meteorologie





Leistungsphysiologische Bewertung:

- Weglänge
- zu überwindender Höhenunterschied
- Grad der Steigung
- Länge der Anstiege

Bioklimatologische Bewertung:

- Strecke der Sonnenexposition
- Strecke der Windexposition
- Häufigkeit des Wechsels
- höhenbedingte Temperaturabnahme

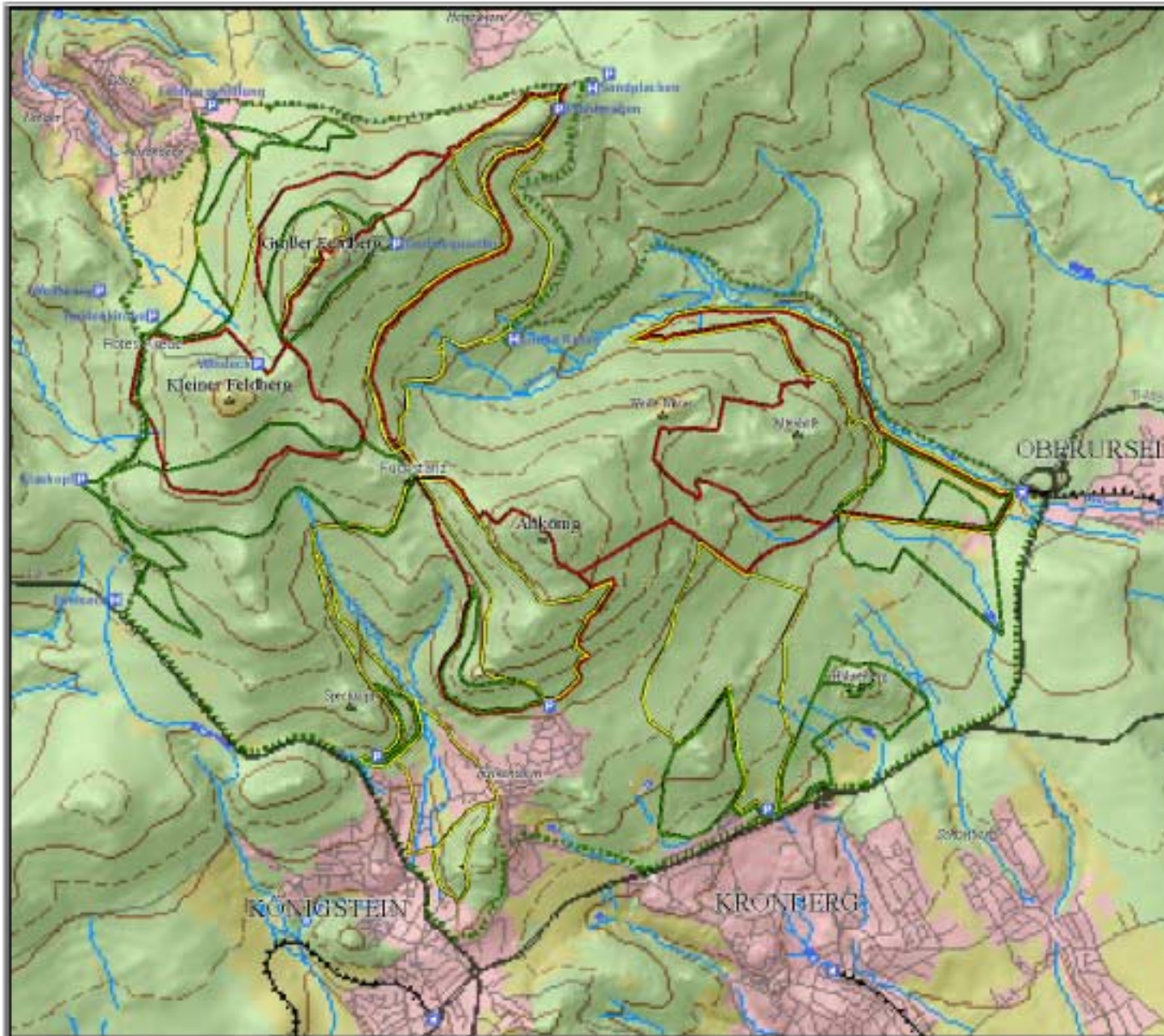
Wegeklassifikation:

Leichter Weg

Mittlerer Weg

Schwerer Weg

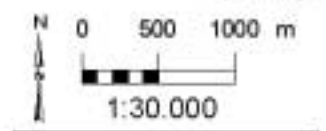
Heilklima-Park Hochtaunus Terrainkurwege



Schwierigkeitsstufen der Wege

- leicht
- mittel
- schwer

- Grenze des Heilklima-Parks
- Parkplatz
- Bus-Haltestelle
- S-Bahn-Station
- Siedlungsfläche
- Wald
- Freifläche
- Gewässer
- Schienen
- Bundesstraße
- untergeordnete Straßen
- Höhenlinie mit Höhenangabe
- ** Höhengunkt
- KRONBERG** Stadtgemeinde
- Altkönig** Speckhof Berg, Kuppe
- Fuchstanz** regionale Ortsbezeichnung



Katharina Gabriel, 2003
 Datengrundlage: Topographische Karte 1:50.000 (TK-50) mit Genehmigung des Hessischen Landesvermessungsamtes veröffentlicht.
 Veröffentlichungsnummer: 2003-3-105

Deutscher Wetterdienst

Geschäftsfeld Medizin-Meteorologie

