

LUFTBADEN



Das städtische Luftbad im Grünen Winkel versprach in den 1920er und Anfang der 1930er Jahre Erholung und Ruhe an der frischen Luft. Gegen ein Eintrittsgeld von 25 Pfennig konnte die Luftbadeanstalt genutzt werden. Vor Blicken durch einen Zaun geschützt, standen Holzliegen, Spiel- und Turngeräte sowie eine handbetriebene Brause zur Verfügung. Männer und Frauen genossen das Luftbad getrennt; das Tragen eines Badeanzugs war Pflicht. Auch Schüler der Wilhemsschule nahmen regelmäßig am Luftbaden teil.

Mit der Eröffnung des Pehle-Freibades 1932 verlor das bis dahin gut besuchte Luftbad seinen Reiz, der Betrieb wurde unrentabel.

Luftbaden war auch in Bad Waldliesborn Teil der Kuranwendungen. Hinter den Logiervillen, die die Kurgäste beherbergten, gab es Hallen, die mit Liegen ausgestattet waren. Der gesundheitsfördernde Effekt von frischer, sauberer Luft war vor allem für die Bewohner aus dem stark durch die Industrialisierung geprägten Ruhrgebiet von Bedeutung.



Eng mit dem Gedanken des Luftbadens verknüpft war die Idee des Sonnenbadens, dem, in Maßen genossen, eine positive Wirkung zugesprochen wurde. Dabei spielt die Bildung von Vitamin D durch das Sonnenlicht eine große Rolle. In Zeiten der Mangelversorgung wie zwischen den Weltkriegen und nach dem Zweiten Weltkrieg fehlten oft wichtige Nährstoffe. So konnte ein Mangel an Vitamin D beispielsweise zu Rachitis führen.

Neben dem Luftbaden wurde auch die Bestrahlung mit künstlicher Höhensonne zu Therapiezwecken, insbesondere bei Kindern, eingesetzt.