



**Heisse Wickel, kalte Güsse** (aus dem "VolksMusical KNEIPP")

(Musik + Text: Sanni Risch 2016)

---

**TUTTI**

**Heiße Wickel, kalte Güsse  
und ein paar nasse Strümpfe für die Füße!  
Kneipp hilft, Kneipp wirkt.  
Probier' es aus, wend' es an.  
Und Du wirst seh'n,  
wie er auch Dir helfen kann!**

**SOLO**

Hast Du es in den Knien,  
Sollst Du Arnika von außen schmieren.  
Hast Du es an den Nieren,  
nimm den Holderblätter-Tee zum Auskurieren.  
Willst Du gesund sein auch im Mund,  
nimmst Du Pfefferminz, das ist gesund!

**TUTTI**

**Heiße Wickel, kalte Güsse ....**

**SOLO**

Hast Du es im Magen,  
nimm Wermut in großen, warmen Schlucken  
Hast Du es im Rücken,  
nimm den Heusack zum Genießen.  
Willst Du, dass Deine Augen alles seh'n,  
nimmst Du den Augentrost, dann wird es geh'n!

**TUTTI**

**Heiße Wickel, kalte Güsse ....**

**SOLO**

Merke Dir und sei bemüht:  
Dein Geist sich freut nur an Dir,  
Vergisst Du Deine Seele nicht!

**TUTTI**

**Heiße Wickel, kalte Güsse ....  
Heiße Wickel, kalte Güsse .... (1 Ton höher)**