

's Wasserblättle

Nr. 11, Juli 2013

Infos für die Wasserkunden der OSG

6. Jahrgang



Wasser ist Leben. Das wusste „Wasserdoktor“ Sebastian Kneipp. Und dieses Wissen weiterzugeben bemühen sich landauf und landab die Kneipp-Vereine und auch Kneipp-Kindergärten – wie etwa der Bad Waldseer Eugen-Bolz-Kindergarten. Auf unserem Bild führt Prof. Rudolf Forcher, der OSG-Vorsitzende, eine lustige Kneipp-Gruppe des Eugen-Bolz-Kindergartens an. Mit auf dem Bild der Vorsitzende des Bad Waldseer Kneipp-Vereins, Kurt Gindele, sowie eine Erzieherin.

Foto: Felix Löffelholz

Grüß Gott, verehrte Kunden,

Wasser ist die Quelle allen Lebens. Von unserem Verband beziehen Sie es in geprüfter Qualität. Als Lebensmittel stillt es den Durst, dient es dem Zubereiten von Speisen und Getränken. Aber auch viele industrielle und landwirtschaftliche Produktionsverfahren werden erst mit Wasser möglich. Das kostbare Nass war und ist das Universalmedium für die Vielfalt unserer Bedürfnisse, also auch für unsere Gesundheit.

Als Trinkwasser spendet es lebenswichtige Mineralien und Spurenelemente. Sie tragen zur Vitalität und Leistungsfähigkeit des menschlichen Körpers bei. Zum Stoffwechsel aller Organe, vom Blut über die Nieren bis zum Gehirn, benötigen wir ausreichend Flüssigkeit. Ihre Grundsubstanz ist das Wasser. Kostengünstig und glücklicherweise auch ohne Mengenbegrenzung steht es uns zur Verfügung. Es zu trinken ist gesunder, purer Genuss.

Doch Wasser ist auch äußerlich angewandt ein Gesundheitselixier. Aus eigener Erfahrung lernte Pfarrer Sebastian Kneipp seine gesundheitsfördernde und heilende Wirkung kennen. Ihm verdanken wir die Hydrotherapie als Grundlage der fünf Elemente seiner ganzheitlichen Kneippkur. „Lernt das Wasser richtig kennen, und es wird euch stets ein verlässlicher Freund sein“, lautet seine Empfehlung. Umgesetzt wird sie in ambulanten oder stationären Kuren in den Kneippkurorten und Kneippheißbädern, aber ebenso in den Angeboten rühriger Kneippvereine für die Bevölkerung vor Ort.

Wenn Prävention erfolgreich sein soll, muss sie im Kindesalter beginnen. Dies setzte der Vorsitzende des Kneippvereins Bad Waldsee in die Tat um. Bereits 2006 erhielt der Eugen-Bolz-Kindergarten, als erster in Baden-Württemberg, das Zertifikat „Kneipp-Kindergarten“. Bald folgte diesem Beispiel in Bad Waldsee der Gut-Betha-Kindergarten. Zu den aktiven Elementen des Programms zählt neben einer gesundheitsorientierten Ernährung auch ein Besuch der teilweise mit „Schussentalwasser“ versorgten Kneippanlagen. Dort Wassertreten wirkt ausgleichend, fördert die Durchblutung und stärkt das Immunsystem. Es ist ein auf Wasser basierendes Gesundheitsangebot für die gesamte Bevölkerung und die Gäste in allen Orten unseres Verbandsgebiets, die über Wassertretanlagen verfügen. Und wer seine Freizeit mit gesunder Bewegung im Wasser verbinden will, besucht die Frei- und Thermalbäder in unserer Region.

Weil wir auch in Zukunft unsere Wasserversorgung in kommunaler Verantwortung betreiben wollen, freuen wir uns über die Entscheidung der Europäischen Union, die Versorgung mit Trinkwasser aus der Richtlinie für die Vergabe von Dienstleistungen herauszunehmen und in ihr nur die Ausschreibung der Lieferung von Strom und Gas sowie die Abfallbeseitigung zu regeln.

Mit dieser positiven Nachricht verbinde ich den Wunsch für eine gesunde Erholung in und an heimischen oder fernen Gewässern im heißersehnten Sommer 2013.

Ihr

Prof. Rudolf Forcher
Verbandsvorsitzender



Tipps zum richtigen Wassertrinken

Der menschliche Körper besteht zu 75 Prozent aus Wasser, das Gehirn sogar zu 85 bis 90 Prozent. Alle physiologischen Vorgänge erfordern Wasser. Für den Transport von Nährstoffen, Enzymen, Fermenten, Vitaminen, Spurenelementen etc. und genauso für den Abtransport von Gift- und Ausscheidungsstoffen braucht unser Körper Wasser. Wasser ist unser wichtigstes Lebensmittel. Ohne Wasser ist kein Leben möglich. Wassermangel ist Ursache vieler Beschwerden und Schmerzen. Schon ein Flüssigkeitsverlust von nur 2% führt zu ernsthaften Einschränkungen der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit. Lassen Sie es nicht so weit kommen. Trinken Sie genug Wasser!

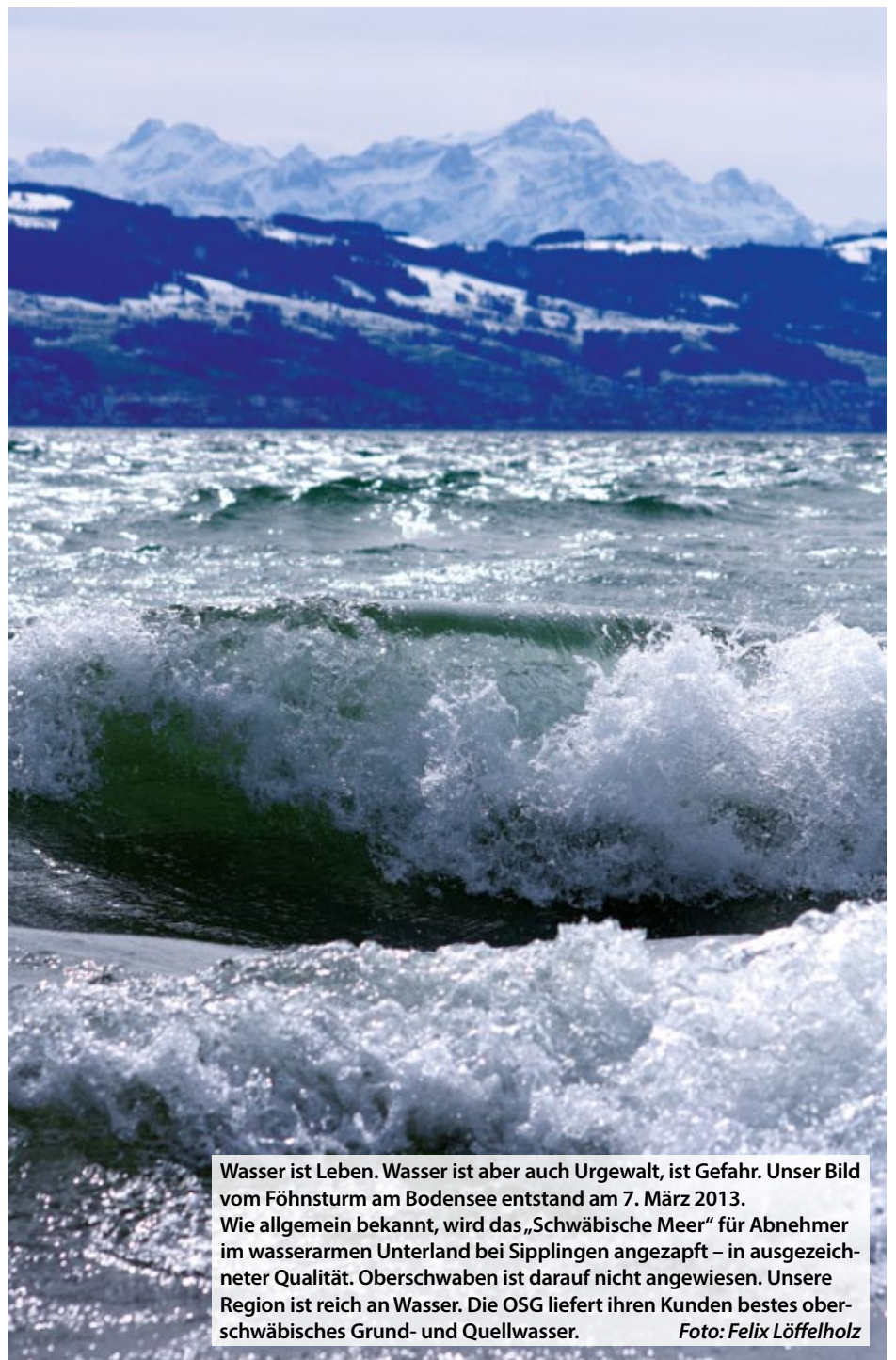
1. Trinken Sie morgens gleich nach dem Aufstehen zwei Gläser Wasser. Begründung: Das braucht Ihr Körper dringend, um den Flüssigkeitsverlust während der Nacht auszugleichen und um genügend „Strom“ zum Denken zu produzieren.

2. Trinken Sie jeweils eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit ein großes Glas Wasser. Begründung: So geben Sie Ihrer Bauchspeicheldrüse genügend Wasser, um die extrem sauren Verdauungssäfte des Magens beim Eintritt in den Darm zu neutralisieren. Der Magenausgang darf sich nur öffnen und verdauten Speisen durchlassen, wenn genügend basische Flüssigkeit zum Neutralisieren bereit steht. Ansonsten leiden Sie unter einem Völlegefühl oder Aufstoßen mit Sodbrennen (wenn die scharfe Magensäure die Speiseröhre angreift).

3. Trinken Sie direkt nach dem Essen nichts. Begründung: Ihr Magen soll die Nahrung möglichst effizient und schnell verdauen. Wenn Sie viel Flüssigkeit zuführen, kann das Ihre Magensäfte verdünnen, was den Verdauungsprozess behindern kann.

4. Trinken Sie immer, wenn Sie durstig sind – auch während einer Mahlzeit. Begründung: Vertrauen Sie Ihren Körpersignalen! Wenn Sie Durst verspüren, ist es allerhöchste Zeit, diesem lebenswichtigen Bedürfnis des Körpers nachzukommen. Normalerweise sollten Sie es nie so weit kommen lassen, dass Ihr Körper durstig wird, denn Sie schaden damit Ihrem Wohlbefinden, Ihrer Leistungsfähigkeit und Ihrer Gesundheit.

5. Trinken Sie 2,5 Stunden nach einer Mahlzeit viel Wasser. Begründung: Nach dieser Zeit sind viele Speisen verdaut und stehen bereit, um durch den Darm transportiert zu werden. Dazu benötigt der Körper pro Tag rund 9 Liter Wasser! Da Sie nicht soviel Wasser trinken, nimmt der Darm dieses Wasser aus den Zellen und dem Körpergewebe. Hinterher muss Ihr Körper dieses Wasser wieder filtern und in die verschiedenen Organe zurücktransportieren. Das ist ein gewaltiger Kraftakt;



Wasser ist Leben. Wasser ist aber auch Urgewalt, ist Gefahr. Unser Bild vom Föhnsturm am Bodensee entstand am 7. März 2013.

Wie allgemein bekannt, wird das „Schwäbische Meer“ für Abnehmer im wasserarmen Unterland bei Sipplingen angezapft – in ausgezeichneter Qualität. Oberschwaben ist darauf nicht angewiesen. Unsere Region ist reich an Wasser. Die OSG liefert ihren Kunden bestes ober-schwäbisches Grund- und Quellwasser. *Foto: Felix Löffelholz*

selbst wenn Sie nichts tun, ist der Körper sehr fleißig beschäftigt. Erleichtern Sie ihm diese Arbeit und trinken Sie viel.

6. Trinken Sie täglich 2 bis 3 Liter reines Wasser. Begründung: Die Faustregel für die richtige Menge Wasser lautet: Mindestens 30 bis 40 Milliliter Wasser pro kg Körpergewicht. Das bedeutet bei 50 Kilogramm Körpergewicht 2 Liter Wasser pro Tag, bei 75 Kilogramm 2,5 bis 3 Liter und bei 100 Kilogramm 3,5 bis 4 Liter. Diese Werte erhöhen sich natürlich, wenn

Sie schwitzen, Sport treiben, in die Sauna gehen, in den Bergen unterwegs sind (pro 1.000 Höhenmeter verbraucht der Körper ca. 1 Liter Wasser am Tag zusätzlich), koffeinhaltige Flüssigkeiten oder harntreibende Substanzen zu sich nehmen (diese Getränke entziehen dem Körper Wasser, daher sind sie unbedingt durch die doppelte Menge Wasser zu ersetzen, siehe nächster Tipp).

7. Alkohol, Kaffee, Cola, Schwarztee und manche Kräutertees entziehen dem Körper

Wasser – gleichen Sie dies durch zusätzliches Wassertrinken aus. Begründung: Koffein- und teehaltige Flüssigkeiten und harnreibende Substanzen sorgen dafür, dass die Nierentätigkeit angeregt wird. Dadurch wird vermehrt Wasser aus dem Körper ausgeschieden. Das getrunzene Wasser wird zum Teil schneller abtransportiert, als es von den Zellen aufgenommen werden kann. Daher müssen wir meistens nach dem Kaffee- oder Biertrinken öfter zur Toilette. Beispiel: Sie wiegen 65 Kilogramm und brauchen daher 2,5 Liter Wasser pro Tag. Wenn Sie 1/2 Liter entwässernde Getränke zu sich nehmen, reduzieren Sie die verfügbare Menge Wasser in Ihrem Körper auf ca. 2,0 Liter. Sie müssen jetzt also wieder ca. 0,5 Liter Wasser nachtrinken, um diesen Verlust auszugleichen, insgesamt also 3 Liter am Tag! Das Gleiche wie für Cola, Kaffee und bestimmte Teesorten gilt auch für Bier, Wein, Sekt etc. Trinken Sie anschließend mindestens die gleiche (oder besser noch die doppelte) Menge Wasser, um den alkoholbedingten Wasserverlust auszugleichen und um der Übersäuerung Ihres Körpers entgegenzuwirken! Wenn Ihnen das zu anstrengend ist, trinken Sie einfach nur das, was Ihr Körper braucht: reines Wasser und möglichst wenig andere Flüssigkeiten.

8. Wasser ist besonders wichtig für Menschen, die wenig Obst und Gemüse essen. Begründung: Die Zellflüssigkeit in Obstzellen ist der Zellflüssigkeit in menschlichen Zellen sehr ähnlich. Die Oberflächenspannung ist sehr niedrig, daher kann Obstsaft aus frischem Obst sofort von unseren Körperzellen absorbiert werden. Wenn Sie sehr viel frisch geerntetes Obst direkt von Baum oder Strauch essen, können Sie damit Ihre zu trinkende Wassermenge reduzieren. Außerdem erhalten Sie auf diese Weise viele wichtige Vitamine, Spurenelemente und wertvolle (weil zellverfügbare) organisch gebundene Mineralien (im Unterschied zum Mineralwasser, das nach Ansicht vieler Ernährungsexperten in der Regel nur unbrauchbare anorganisch gebundene Mineralstoffe enthält).

9. Trinken Sie Wasser vor dem Sport – wichtig fürs Schwitzen! Begründung: Ihr Körper kann seine lebenswichtigen Organtemperaturen nur regeln, wenn genügend Wasser zum Verdunsten vorhanden ist. Ansonsten tritt sehr schnell ein Wassermangel im Körper auf, der zu Konzentrations- und Leistungsmangel führt.

10. Achten Sie darauf, Ihren Salzhaushalt in Balance zu halten. Begründung: Ihr Blut, Ihre Zellflüssigkeit, Ihre Lympflüssigkeit etc. enthalten 0,97% Salz, um leitfähig zu bleiben. Wenn Sie Reinstwasser trinken, könnten Sie diesen wichtigen Anteil an Ionen verdünnen und den Zellen Salze entziehen. Pro Liter Trinkwasser braucht der Körper täglich ca. einen viertel Teelöffel Salz (meist ist in unserer Nahrung pro Tag allerdings mehr Salz enthalten, als wir brauchen). Empfehlung: Geben Sie einen Spritzer Sole – möglichst aus naturbelassenem Kristallsalz – in jedes Glas Wasser, das Sie trinken (dann schmeckt es meist auch

noch besser). Zu viel Salz ist allerdings schädlich!

11. Reines Wasser ist durch kein anderes Getränk zu ersetzen – insbesondere nicht durch Kaffee, schwarzen Tee, Alkohol, Milch, Säfte oder Limonaden. Begründung: Wasser ist ein Lösungs- und Reinigungsmittel. Waschen Sie Ihre Wäsche in Kaffee, Tee, Bier, Cola, Saft, Milch ... oder in sauberem, kalk- und salzfreiem Wasser? Dasselbe gilt natürlich auch für die Reinigung aller Ihrer Gefäße im Körper. Sorgen Sie dafür, dass sich Ihre Zellen und Zellzwischenräume von alten Stoffwechselprodukten befreien können. Trinken Sie genug reines Wasser. Sie waschen Ihre Wäsche ja auch nicht mit verschmutztem Wasser! Gönnen Sie daher Ihren Gefäßen auch reines, sauberes Wasser ohne anorganische Substanzen und Schadstoffe.

12. Trinken Sie Wasser immer ohne Kohlensäure. Begründung: Beim Stoffwechsel entsteht im menschlichen Körper als Abfallprodukt Kohlendioxid. Dieses für uns unverträgliche Gas muss schnell über die Lungen ausgeschieden werden (ähnlich wie feste und flüssige Abbauprodukte des Stoffwechsels über Kot und Urin ausgeschieden werden müssen). Würden wir reines Kohlendioxid einatmen, müssten wir sofort sterben. Der Körper ist bestrebt, solche Giftstoffe so schnell wie möglich aus allen Zellen loszuwerden. Weshalb sollten Sie sich das also freiwillig zuführen?

Und jetzt schlägt's Dreizehn:

13. Trinken Sie Wasser nicht kalt oder gar gekühlt, sondern warm. Begründung: Insbesondere für den Abtransport von Ausscheidungs- und Giftstoffen benötigt unser Körper Wasser, denn Wasser ist das beste biologische Lösungsmittel. Daher benutzen wir es ja auch zum Reinigen und Waschen unserer Hände und Wäsche. Genauso wirksam ist es beim Reinigen unserer Gefäße und Zellzwischenräume. Von der Waschmaschine wissen wir: Je schmutziger die Wäsche ist, desto höher die Wassertemperatur, denn heißes Wasser hat sehr viel höhere Lösungs- und Reinigungsfähigkeit als kaltes Wasser. Schmutz, der sich unter kaltem Wasser nicht oder nur sehr langsam löst, wird von warmem oder gar heißem Wasser oft sehr schnell gelöst. In unserem Körper ist das genauso. Warmes Wasser hat viel höhere Reinigungskraft. Doch wenn Sie kalt trinken, muss Ihr Körper diesem kalten Wasser erst viel Energie zuführen, damit er es auch nutzen kann. Diese Energie fehlt Ihnen (es sei denn Sie liegen im heißen Sonnenschein oder bei Außentemperaturen von 35 Grad Celsius oder mehr). Falls Ihnen das merkwürdig erscheint, dann fragen Sie sich bitte einmal, warum Sie Kaffee und Tee die meiste Zeit im Jahr lieber warm oder sogar heiß trinken als kühl-schrankkalt...

Trinken Sie genug Wasser und bleiben Sie gesund.

Rudolf A. Schnappauf

Mit freundlicher Genehmigung der Website www.Wasser-hilft.de entnommen

Personalien

Wechsel in Laimbach: Der Wasserverband Laimbach (Ortschaft Otterswang, Stadt Bad Schussenried) wird seit 1977 von der OSG mit Wasser versorgt. Als Vorsitzender des örtlichen Verbandes wirkte Siegfried Wachter von Beginn an in der Verbandsversammlung der OSG mit. Aus Altersgründen gab er bei der Versammlung des örtlichen Wasserverbandes Laimbach am 17. März 2013 sein Amt nach 35-jährigem Wirken ab. Als Nachfolger wurde Rainer Gierz gewählt. Mit Worten der Anerkennung und des Dankes, einer Urkunde und Präsenten verabschiedete der OSG-Vorsitzende Professor Rudolf Forcher Herrn Siegfried Wachter. Sein Nachfolger wurde verpflichtet.

Die 22-jährige Anja Muszynski aus Bad Waldsee-Steinach studiert an der Hochschule Biberach Bauingenieurwesen (im 6. Semester). Nachdem sie bereits im August 2012 vier Wochen lang bei der OSG „geschnuppert“ hatte, arbeitet sie jetzt seit April als Werkstudentin bei unserem Verband. In ihrem Praxissemester in Neuseeland (September 2012 bis Februar 2013) hatte sie im Bereich Tunnel- und Leitungsbau Erfahrungen gesammelt. *Foto: Berthold Frech*



Impressum

Herausgeber

Wasserversorgungsverband
Obere Schussentalgruppe (OSG)
Ballenmoos 39, 88339 Bad Waldsee

Redaktion

Gerhard Reischmann
Hauptstraße 12, 88 339 Bad Waldsee

Fotos

Berthold Frech, Felix Löffelholz

Gestaltung

Manuel Kimmerle, 88353 Kißlegg

Druck

Druckerei Marquart GmbH
Saulgauer Straße 3, 88326 Aulendorf

Kontakt zur OSG

Wasserversorgungsverband
Obere Schussentalgruppe,
Ballenmoos 39, 88339 Bad Waldsee
Tel.: 07524/40024-0, **Fax:** 07524/40024-24
E-Mail: info@wvv-osg.de

Bereitschaftsnummern:

Bad Wurzach: 0171 / 303 75 73; Bergatreute:
0171 / 420 93 86; Kißlegg: 0171 / 303 75 73;
Bad Waldsee, Wolfegg, Blönried, Tannhausen,
Zollenreute, Stuben und Laimbach:
0171 / 420 93 86

's Wasserblättle

„Alles ist aus dem Wasser entsprungen!
Alles wird durch das Wasser erhalten!“
(Johann Wolfgang von Goethe)

Hinweis zur Hauseinführung

Ob Wasser-, Gas-, Strom-, Radio-, Fernsehka-
bel- oder Telekommunikationsanschluss: Alle
kommen von außen und müssen ins Haus
eingeführt werden. Hierfür gibt es verschie-
dene Möglichkeiten, zum Beispiel durch die
Kellerwand oder die Bodenplatte. Bauherren,
Baufirmen und Architekten sind aber biswei-
len unsicher, welche Gebäudeeinführungen
zulässig sind und welche nicht. Grundsätzlich
gilt bereits seit 2007: Wenn Hauseinführungen
neu installiert oder saniert werden, müssen die-
se gas- und wasserdicht sein. Berthold Frech,
Technischer Geschäftsführer des Wasserversor-
gungsverbands Obere Schussentalgruppe, er-
klärt den Sinn dahinter: „Wenn zum Beispiel die
Gasleitung außerhalb des Hauses undicht wird,
verhindert eine dichte Einführung, dass das Gas
ins Haus eindringt und dort zur Gefahr wird.
Ähnlich ist es mit dem Wasser: Wenn es zum Bei-
spiel Starkniederschläge gibt, bleibt das Wasser
dank einer dichten Einführung draußen.“

Im Sinne der Kundenfreundlichkeit haben
sich die Versorger OSG, EnBW und Thüga zu-
sammengetan und empfehlen Systeme aus
einer Hand. Über so genannte Mehrsparten-
Einführungen lassen sich die Versorgungs-
leitungen bündeln. Einzeleinführungen sind
ebenfalls möglich. „Je nach Bedürfnissen kön-
nen die Leute wählen“, sagt Berthold Frech.
„Verbindlicher Standard ist eben die Gas- und
Wasserdichtheit.“

Wer sich die verschiedenen Systeme an-
sehen will, kann die OSG-Geschäftsstelle in
Bad Waldsee besuchen und eine Musterwand
besichtigen. Hier werden die empfohlenen
Mehrsparten- und Einzeleinführungen sowohl
für Gebäude mit Keller als auch ohne Keller ge-
zeigt und beschrieben. Eine persönliche Bera-
tung ist ebenfalls möglich.

Infos gibt es darüber hinaus auch im Inter-
net unter www.wvv-osg.de (Menü Service/
Hausanschluss). (flö)



Berthold Frech, Technischer Geschäftsführer der OSG, erläutert vor der Musterwand die sogenannte Hauseinführung. OSG-Kunden können sich die Muster-Systeme gerne in der OSG-Geschäftsstelle erklären lassen. Einfach anrufen (Tel. 07524 / 400 240) oder mailen an info@wvv-osg.de und sich einen Termin geben lassen.
Foto: Felix Löffelholz

Wasserversorgung Dietmanns

Die OSG wird im Herbst 2013 in der Kohlstatt-
straße in Dietmanns eine Verbundleitung mit
der Wasserversorgung von Oberschwarzach
herstellen. Der Bereich der Kohlstattstraße
wird zukünftig aus dieser Zone versorgt. An
den Wasserinhaltsstoffen ändert sich nichts,
da beide Wässer aus der Fassung Dietmanns
entnommen werden. Es wird jedoch eine
Druckerhöhung um ca. 1,1 bar erfolgen. Im

Anschlusschacht zur Ochsenhausener Straße
wird die Zonentrennung erfolgen. Im Notfall
oder auch bei einem Brandfall kann durch die-
sen Verbund die gesamte Ortschaft Dietmanns
aus der Wasserversorgung Oberschwarzach
zusätzlich versorgt werden. Diese Maßnahme
dient zur Erhöhung Ihrer Versorgungssicher-
heit und zu einer Verbesserung der Löschas-
serversorgung.

Wir weisen Sie in diesem Zusammenhang da-
rauf hin, dass ab einem Ruhedruck von >500
kPa (5 bar) unmittelbar hinter der Hauptab-
sperrereinrichtung bzw. Wasserzähleranlage
bauseitig ein Druckminderer einzubauen ist.
Die Wartungsintervalle dieser Anlagen sind zu
beachten! Dies trifft für den gesamten Versor-
gungsbereich Dietmanns zu. Bei Rückfragen
können Sie sich gerne an uns wenden.

Die Qualität unseres Trinkwassers

Information der Verbraucher über die Qualität des Trinkwas-
sers, aufgeteilt nach den ein-
zelnen Bezirken nach § 21 der
Trinkwasserverordnung. Weitere
Untersuchungsergebnisse und
Empfehlungen über die Aus-
wahl geeigneter Materialien
für die Hausinstallation können
beim Verband angefordert
werden.

Weitere Werte auf
der Webseite der OSG
unter www.wvv-osg.de

	Arnach	Bad Wurzach	Dietmanns	Oberschw.	Haizerz	Seibranz	Türliz	Unterschwarzach	Harldgau	OSG alt	Bad Waldsee	Haizerkirch	Michelwinnaden	Wolffegg	Grenzwert (mg/l)
Natrium (mg/l)	2,1	3,2	6,2	6,6	4,0	2,5	6,6	8,6	3,3	5,0	14	3,3	10,5	4,0	200
Kalium (mg/l)	0,4	1,1	0,6	0,9	0,6	0,4	0,9	1,3	0,9	1,2	2,7	0,9	1,3	1,0	-
Magnesium (mg/l)	6,9	14,4	13,7	11,9	4,4	8,6	11,9	19,6	14,8	20,2	21,2	14,8	23,8	19,6	-
Calcium (mg/l)	75,2	85,5	69,8	66,0	61,2	69,4	66,0	92,2	88,8	97,6	113,2	88,8	99,5	75,9	-
Fluorid (mg/l)	0,06	0,06	0,04	0,05	0,04	0,05	0,05	0,04	0,05	0,05	0,05	0,05	0,06	0,07	1,5
Chlorid (mg/l)	1,0	6,8	11	11,7	7,9	3,1	11,7	27,5	4,6	10,3	28,3	4,6	21,1	6,3	250
Sulfat (mg/l)	10,4	5,5	7,0	6,1	5,9	7,1	6,1	12,1	5,9	17,8	34,3	5,9	26,4	10,3	250
Nitrat (mg/l)	11,2	7,6	22,6	18,7	16,4	13,5	18,7	29,0	12,4	21,5	13,7	12,4	22,0	15,3	50
Uran (mg/l)	0,0009	<0,0005	<0,0005	<0,0005	<0,0005	<0,0005	<0,0005	0,0005	<0,0005	0,0009	0,0054	<0,0005	0,0013	0,0008	0,01
Hydrogencarbonat (mg/l)	250	328	249	234	185	244	234	304	337	356	400	337	374	311	-
Säurekapazität bis pH 4,3 (mmol/l)	4,1	5,38	4,08	3,83	3,03	4,0	3,83	4,98	5,53	5,83	6,55	5,53	6,13	5,1	-
Basekapazität bis pH 8,2 (mmol/l)	0,21	0,3	0,13	0,16	0,14	0,12	0,16	0,43	0,38	0,58	1,06	0,38	0,53	0,35	-
Gesamthärte als Summe Erdalkalien (mmol/l)	2,16	2,72	2,30	2,14	1,71	2,08	2,14	3,11	2,82	3,27	3,70	2,82	3,46	2,70	-
Gesamthärte als Grad dt. Härte (°dH)	12,1	15,3	12,9	12,0	9,6	11,7	12,0	17,4	15,8	18,3	20,7	15,8	19,4	15,1	-
Härtebereich für Waschmittel	mittel	hart	mittel	mittel	mittel	mittel	mittel	hart	hart	hart	hart	hart	hart	hart	-

Härtebereicheinteilung für Deutschland seit Mai 2007

Härtebereich	Millimol Calciumcarbonat je Liter	°dH
weich	weniger als 1,5	weniger als 8,4
mittel	1,5 bis 2,5	8,4 bis 14
hart	mehr als 2,5	mehr als 14