

Gesundheitstage pro kids

Sonntag, den 23.03.2014

Barfuß Pfad für Familien mit Dr. Beate Lycko

Wo: Barfußpfad in Elten (Luitgardisstraße)

Wann: 11:00 bis 12:00 Uhr

Frau Dr. Lycko vom Kneippverein begleitet die Familien beim Barfußlaufen und hält interessante Erläuterungen zu Fußreflexen und Gesundheitstipps parat. Der Weg führt entlang des zwei Kilometer langen Hocheltener Barfußpfades durch den Eltener Wald und über 12 verschiedener Untergründe. Die Teilnehmer laufen abwechselnd über z.B. Kies, Sand, Rinde oder Waldboden. Abschließend wird ganz nach der Lehre des Pfarrers Kneipp das Kneipp-Tretbecken genutzt. Die Füße werden sich freuen. Es ist das blanke Vergnügen. Frau Dr. Lycko erwartet die Teilnehmer um 11.00 Uhr am Barfußpfad Hochelten, Trimmplatz, Luitgardisstrasse. Die Führung ist für alle frei. Es ist keine Anmeldung notwendig. Für die Schuhe stehen Schließfächer zur Verfügung. Bringen Sie ein Handtuch mit. Also Schuhe aus und rein ins Vergnügen!

Infos zum Kneipp-Verein Elten:

www.kneippverein-elten.de