Ferienland Ostsee - Geltinger Bucht e.V.
Heinrich Nissen
Nordstraße, 24395 Gelting
https://www.ferienlandostsee.de
info@ferienlandostsee.de

BARFUSS -Workshop im BARFUSSpark



Datum:
Samstag 10.08.2019, 10:30 Uhr

Adresse:
BARFUSSpark Schwackendorf, 24376 Schwackendorf

Mobil:
0173-2062547

E-Mail:
sebastian@physiotherapie-behrens.de

Beschreibung:
BARFUSS- Workshop mit Sebastian Behrens: Hast du dich schon mal gefragt, warum Barfußlaufen so gesund ist, warum die Füße das Fundament des Körpers sind oder warum zu einem gesunden Rücken gesunde Füße gehören? Dann bist du hier richtig! In dem ca. 3-stündigen Workshop werden wir u. a. die Themen Geschichte des Barfußlaufens, Anatomie des Fußes,Techniken, Kräftigung, Tipps & Tricks…um nur einige zu nennen, vertiefen und bearbeiten. Nach dem theoretischen Teil geht es dann gemeinsam auf den Rundgang durch den Barfußpark um das Erlernte umzusetzen und zu erfahren.

Preis:
Eine Anmeldung ist erforderlich mobil unter 0173 / 20 62 547 oder unter sebastian@physiotherapie-behrens.de

Treffpunkt: Eingang Barfußpark

Beginn: um 10:30 Uhr ca. 3 Std. + Rundgang im Park

Preise: 49,00 € pro Person +Eintritt

Gruppe auf Anfrage

Karte:
https://www.google.com/maps/search/?api=1&query=54.7092089,9.936760499999991