

“Gesund und entschleunigt durch die Kraft der Erde”

Vortrag von **Christian Schwarze, Barfußprofi aus Düsseldorf/Deutschland**

Mit Videotrailer “Barfuß Ortler Überschreitung”

Mittwoch, 12. Juni 2019

Naturhotel Pfösl, Deutschnofen, 21 - 22 Uhr



Wanderung & Barfüßeinstieg

Maria Weissenstein
Donnerstag 13.06., 9:30

Anmeldung: info@eggental.com

“**BARFUSS DURCHS LEBEN**” Vortrag

“Meine Reise vom Leistungssport zum
entschleunigten Barfußleben”

In freundlicher Kooperation mit
www.pfoesl.it/de
www.naturheilt.it
<https://eggental.com/de>

10/2016 barfuß über
den Höllferner
auf die Zug-
spitze ge-
klettert



“Barfuß ist gesund” aber auch in der Stadt, im Büro und im Winter?

In seinem Vortrag, erzählt Christian Schwarze, Techn. Betriebswirt aus Düsseldorf, seit 15 Jahren im internationalen Produktmanagement tätig & als Barfußcoach ehrenamtlich engagiert, anschaulich und lebendig wie er durch den Leistungssport zum Barfußleben gefunden hat.

Was treibt einen Menschen an, sich plötzlich die Freiheit zu nehmen beim Business-Anzug die Schuhe wegzulassen? Was ist eigentlich ein entschleunigtes Leben und wie wirkt es sich auf unsere Gesundheit und Wahrnehmung aus?

Aufgrund seiner vielseitigen Erfahrungen wie es sich barfuß in der Stadt, barfuß mit Anzug im Büro, barfuß auf Reisen in die Natur und beim Bergsteigen auf die Zugspitze oder auf den Ortler, anfühlt, widmet sich Christian Schwarze seit 2012 mit wachsender Begeisterung den Barfußwissenschaften und gibt daraufhin basierend während seiner Vorträge neue Gesundheitstipps.

Kostenlose Tickets dank dem Hotel Pfösl und Natur Heilt/Deutschnofen:

<https://barfussvortrag.eventbrite.de>

Kontakt: barfusslaufen@zoho.com



Am Donnerstag, 13. Juni, lädt er gemeinsam mit Alexander Bisan, ausgebildeter Wanderleiter & Barfußläufer, zu einer Barfußwanderung in Maria Weissenstein für Einsteiger ein. Weitere Infos und Anmeldung unter info@eggental.com