

2. Friedberger Barfußwanderung

inkl. Pilates & Kräuterwanderung



15. Okt. 2022 | 14.00 Uhr

**Bachgasse
Ockstadt**

Dauer: ca. 3-4 Stunden

Geplante Laufstrecke:

ca. 4 km (Bachgasse Ockstadt
bis Hollarkapelle)

8,- p. PERSON
(Kinder bis 14 J.
kostenfrei)

Eine Kooperation der Friedberger Unternehmen:



Hof-Apotheke zum Mohren
in Friedberg seit 1821
Tradition hat Zukunft!
Kaiserstraße 104 • 61169 Friedberg
Telefon 06031-6985 • Fax 06031-697924
www.mohren-apotheke-friedberg.de

Jetzt
anmelden!

Einfach bis 12.10.2022 unter

✉ analytik@ortho-kreissl.de
✉ info@pewe-sports.de

Alle Infos:

Wann?

Samstag, 15. Oktober 2022 um 14.00 Uhr
(Dauer ca. 3-4 Stunden, Strecke ca. 4 km)
- gewandert wird bei jedem Wetter -

Wo?

Treffpunkt FB-Ockstadt auf Höhe der Kreuzung
Bachgasse/Usingerstraße/Am Kirschenberg

Wer?

Es sind alle willkommen! Ob groß oder klein, ob
jung oder alt.

Kosten?

8,- Euro pro Person, Kinder bis 14 J. kostenfrei

Inhalte?

Barfußwanderung:

Spüre die Vielfältigkeit der Untergründe und was es mit
dir macht. Interessante Informationen rund um deine
Fußgesundheit sowie Übungen der Mobilität.

Pilates:

Erfahre die königliche Aufrichtung und Bewegungsaus-
führung in der Natur und verbinde dich noch intensiver
mit deinem Atem und Körperbewusstsein.

Kräuterwanderung:

Lerne unsere heimischen Kräuter, die Möglichkeiten der
Verarbeitung und die Wirkung auf unseren Körper ken-
nen. Das Herstellen eines erfrischenden Balsams rundet
die Wanderung ab.

Mitbringen?

Rucksack, bequeme, wettergerechte Kleidung, ggfls.
ein Handtuch, Getränke, Snacks sowie Zeit und
Freude, sich auf neue Dinge einzulassen.

Jetzt
anmelden!

Einfach bis 12.10.2022 unter

✉ analytik@ortho-kreissl.de
✉ info@pewe-sports.de