



Lerne gesund zu laufen -
ohne Schuhe beim

BARFUSSLAUF-Seminar!

- Barfußlaufen als „artgerechte“ Fortbewegung
- lauftechnische Tricks und Übungen
- Umgang mit äußeren Bedingungen (Wetter, Böden)
- ambitioniertes Barfußlaufen (z.B. bei Volksläufen)

Sa., 20.05.2023, 16 Uhr • Georg-Gaßmann-
Stadion in Marburg • Teilnahme kostenlos

www.
barfusslaufen.org



Wir
freuen uns
auf Dich!


LAUFSCHULE
Marburg
Gesund laufen lernen.