

# Sommerplausch im Mettauertal



## Kneippen – Walken – Barfusslaufen

- Datum:** Freitag, 05. August 2022
- Treffpunkt / Zeit:** Parkplatz Turnhalle Mettau / 17 Uhr
- Anmeldung:** bis 03. August 2022
- Kneipp Verein:** an Anni Amsler, 062 871 02 14 [anni.amsler@gmx.ch](mailto:anni.amsler@gmx.ch)
- Walking Verein:** an Erika Essig, 079 788 39 80 [erika.essig@bluewin.ch](mailto:erika.essig@bluewin.ch)
- Mitnehmen:** Frotteetuch für Füsse, Walkingstöcke, Verpflegung nach Bedarf

Grillplatz beim Barfussweg steht zur Verfügung.

Kleine Festwirtschaft beim Grillplatz mit Getränken, Kaffee und Kuchen.

### Spass mit Kneippen

Entlang der schönen Dorfbrunnen und auf dem neu erstellten Barfussweg erhalten Sie von Kneipp Gesundheitsberaterin Andrea interessante Tipps zu Kneipp-anwendungen. Die Tour bis auf den Mettauerberg dauert ca. 45 Minuten.

### Naturerlebnis mit Nordic Walking

Sport, Natur, und Erholung auf der Tour zum Mettauerberg. Dauer ca. 90 Minuten.

Teilnahme kostenlos

Wir freuen uns auf viele Kneipp- und Walkingbegeisterte.

**Kneipp Verein Fricktal und Walking Verein Mettauertal-Gansingen**