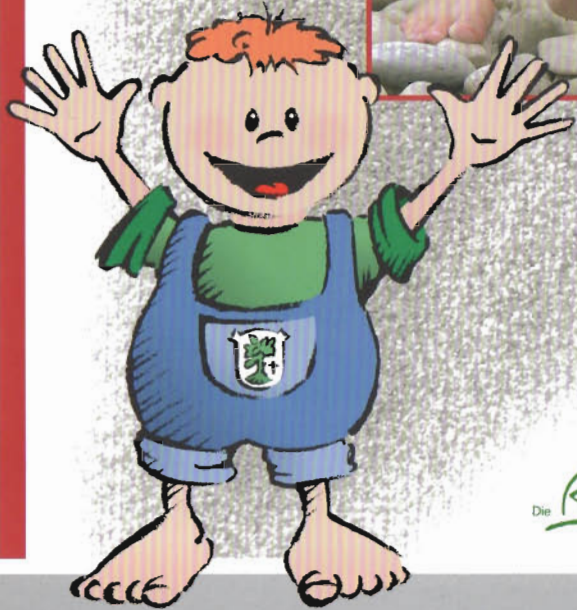


1. Rhöner

Barfuß- Erlebnispfad®

HOFBIEBER

Der Natur auf der Spur



Der Barfuß-Erlebnispfad in Hofbieber auf einen Blick:



- | | | | |
|---|--|---|--|
| ① | Wassertretbecken | ⑪ | Basaltschotter |
| ② | Sandsteinplatten
(grob gespitzt) | ⑫ | Stangensweg |
| ③ | Pflasterfläche
(Basaltpflaster/Muschelkalk) | ⑬ | Knüppeldamm |
| ④ | Balanciersteine | ⑭ | Lehmbecken |
| ⑤ | Natursand | ⑮ | Wasser & Sand |
| ⑥ | Kies | ⑯ | Flusskiesel |
| ⑦ | Wackelsteg | | Rasenweg |
| ⑧ | Füllstation
(wechselnde Füllung) | | befestigte Wegefläche |
| ⑨ | Balancierbalken | | Rindenweg/Waldboden/Holzhackschnittel/Laub |
| ⑩ | Basaltspalt | | |



Die Natur einmal anders erleben

Barfußlaufen ist natürlich gesund, natürlich anders und bedeutet natürlich viel Spaß!

Besonders für Kinder ist der Barfußpfad nicht nur ein Erlebnis mit barfüßigem Prickeln, sondern auch ein Abenteuerpfad, auf dem es viel zu entdecken gibt.

Über 18 verschiedene natürliche Oberflächen wie weicher Rasen, körniger Sand, massierender Kies, warmer Rindenmulch, lehmige Erde und erfrischendes Wasser gibt es auf 1 Kilometer Pfadlänge zu entdecken.

Unsere Tipps zum Barfußlaufen

Auf Länge und Geschwindigkeit der Wanderung kommt es nicht an, genießen Sie lieber die Natur und machen Sie Pausen. Lassen Sie sich Zeit zur Entspannung und laufen Sie nach Möglichkeit immer im gleichen „Barfußtempo“. Versuchen Sie, auf den unterschiedlichen Oberflächen Ihren eigenen Rhythmus zu finden:

Gehen Sie langsam ohne zu schlurfen. Den Fuß senkrecht aufsetzen, abrollen und weit genug abheben.

Rollen Sie den Fuß richtig ab und halten Sie das meiste Gewicht eher auf den Ballen, wo es besser abgedefert werden kann.

Behalten Sie immer den Weg im Auge – wenn es woanders etwas zu sehen gibt, lieber stehen bleiben.

Auf dem Barfuß-Erlebnispfad die Sinne wecken

Start und Ziel des Barfuß-Erlebnispfades ist der Platz unterhalb des Wassertretbeckens. Strümpfe und Schuhe können Sie hier ablegen und sich am Ende an der Fußwaschanlage Ihre Füße waschen – bitte bringen Sie sich hierfür ein Handtuch mit. Betreten Sie nicht mit schmutzigen Füßen das Wassertretbecken!

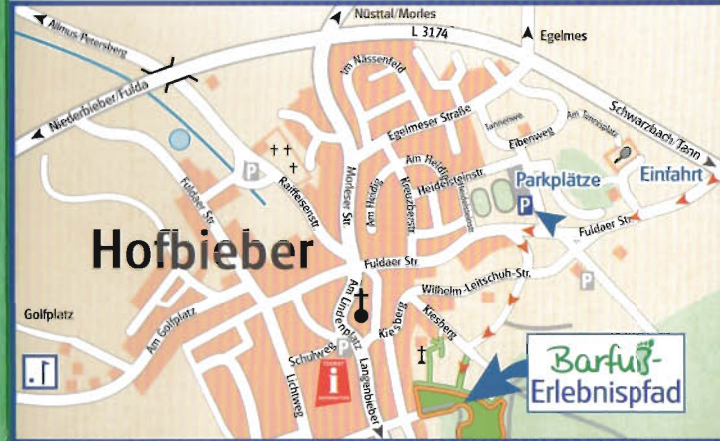
Bitte respektieren und schützen Sie die natürliche Lebenswelt von Pflanzen und Tieren und benutzen Sie nur die ausgewiesene Wegstrecke. Sie schützen so Flora und Fauna in diesem Bereich.

Bitte achten Sie auch auf eine pflegliche Behandlung dieser gesundheitsbewussten Kur- und Freizeiteinrichtung, werfen Sie Ihren Abfall bitte nur in die vorgesehenen Behälter am Start- und Zielpunkt.

Nehmen Sie keine Hunde mit und befahren Sie den Pfad nicht mit dem Rad oder anderen Fahrzeugen, auch das Reiten muss zum Schutz der Anlage unterlassen werden. Die Begehung des Barfuß-Erlebnispfades erfolgt auf eigene Gefahr. Der Eintritt ist frei.



Die Anfahrt zum Barfuß-Erlebnispfad



Bitte nutzen Sie nur die ausgewiesenen Parkplätze oberhalb des Sportplatzes in Hofbieber

Öffnungszeiten:
Von April bis Oktober
Täglich von 9.00 Uhr bis zum Einbruch der Dunkelheit



Weitere Informationen

Tourist-Information Hofbieber
Schulweg 5 · 36145 Hofbieber
Tel.: (0 66 57) 9 87 20 · Fax: (0 66 57) 91 90 07
touristinformation@hofbieber.de · www.hofbieber-tourismus.de
www.barfusserlebnispfad.de

Die Erstellung dieses Prospektes wurde finanziell durch den Verkehrsverein Hofbieber unterstützt.