

KNEIPPOVO BOSONOGO DOŽIVETJE v Termah Snovik
po nagrajeni Naj tematski poti leta 2018
Sobota, 20.6.2020 med 15. in 17. uro



Pomislite, kdaj ste nazadnje hodili bos, pa ne mislimo doma na bleščečem parketu, ampak po travniški ali gozdni preprogi. Hoja z bosimi nogami je ena najbolj učinkovitih naravnih telesnih terapij.

Dovolite nam, da vas popeljemo v neokrnjeno naravo Tuhinjske doline, da doživite povezovanje z naravo na Kneippovi bosonogi poti. Majhne mišice stopala se bodo krepile na mehki travi, lubji, zemlji, pesku, tudi vodnih kamnov, v mimoidočem potoku bomo štorljasto postopali in spoznali Kneipp oblike.

3,2 km dolga bosonoga pot bo prebudila vaše čute, popeljali vas bomo po Kneippovi življenjski filozofiji ohranjanja ravnovesja telesa in duha za zdravo aktivno življenje. Bosonoga pot je opremljena z dvanajstimi vadbenimi elementi. Pot poteka po travniku, pesku, skozi gozd ter drugih naravnih materialih. Na poti lahko v naravnem okolju izvajate tudi druge Kneipp terapije kot sta štorljasta hoja in kopel rok. Skupaj bomo odkrivali blagodejne učinke zelišč na lastnem zeliščnem vrtu, čaka pa vas tudi okusno presenečenje.

Sezujmo torej čevlje in se prepustimo naravi, da nas napolni z energijo, poživi in pomladi!

Za Kneippovo bosonogo doživetje so obvezne **prijave na telefonski številki 01 83 44 100**
ali na elektronski naslov info@terme-snovik.si.

Cena doživetja je 25 €. Število je omejeno na največ 15 oseb, najmanjše število za izvedbo so 3 osebe.

Dobimo se to soboto na recepciji Term ob 15. uri.

Užitek je sezuti čevlje, stopiti bos in občutiti zemljo pod svojimi nogami. Pa ne le užitek, tudi zdravo je.