

Ausschreibung "bareFoot-Run"

Laufen in Schuhen kann jeder.

Gehörst Du zu denen, die es auch ohne können?

Anmeldung: ab sofort, kein fester Termin oder Zeitraum; laufe, wann und wo Du möchtest!

Laufstrecke: mind. 1 km; die Strecke ist barfuß (oder in Socken) zu laufen!

Laufnachweis: nach erbrachter Leistung per Mail an:

nachweis@virtual-running-world.com

Startgebühr für virtuellen Lauf inkl. Medaille: 16,00 € (inkl. kostenlosem Versand in Deutschland, Versand in die EU zzgl. 7,39 € als versichertes Päckchen)

Versand der Medaillen: sofort nach Zusendung des Laufnachweises

Medaille: massiv in "silber antik"

Urkunde: auf Wunsch als pdf-Datei zum Ausdrucken

Die Idee zum Lauf:

Laufen ist so einfach. Schuhe an und los geht's!

Aber es geht noch einfacher!

Back to the roots: Gönnst Euren "Wurzeln" mal mehr Freiheit: lauft einfach mal barfuß! Das macht nicht nur Spaß, sondern ist auch gesund!

Da Eure Füße diese "neuartige Belastung" ohne stützende Laufschuhe wahrscheinlich nicht gewohnt sind, reduzieren wir die Laufstrecke auf nur 1 Kilometer!

Ein echter Quickie also! :)

Wer lieber in Socken oder vorhandenen Barfußschuhen laufen möchte, kann dies natürlich tun! Aber achtet -bei allem Spaß- beim Lauf bitte trotzdem besonders auf den Untergrund!

Natürlich könnt Ihr auch einfach um Euren Wohnzimmertisch laufen, auf dem Balkon oder um den Baum im Garten - ganz wie Euch beliebt.