

„Waldflüstern“ mit Janette Rauch im Barfußpark Lüneburger Heide

Seite 1 von 2

## Der etwas andere Freizeitpark eröffnet die Barfuß-Saison

Egestorf bei Hamburg, - April 2019 – Ab dem 27. April 2019 können sich die Füße wieder frei entfalten: Der Barfußpark Lüneburger Heide beendet den Winter und ruft den Sommer aus. Die über 60 Stationen auf 2,7 km Barfußpfad sind auf Hochglanz poliert und begrüßen die ersten Gäste mit viel Spaß und frischer Natur. Nachdem die Füße in ihren Schuhen überwintert haben, locken Kiefernadeln, Kiesel und sogar Glasstücke zum Abenteuer erleben. Auch etwas kühlere Temperaturen sind kein Hinderungsgrund: Das Laufen auf verschiedenen Untergründen lässt die Füße warm werden und bringt das Immunsystem in Schwung. Die größte Neuheit für diese Saison ist Norddeutschlands längste frei schwebende Hängeseilbrücke. Außerdem gibt es im Barfußjahr viele Aktionstage, ein umfangreiches Sommerferienprogramm und das „Waldflüstern“ mit der Schauspielerin Janette Rauch.

### Wir eröffnen Norddeutschlands längste Hängeseilbrücke!

Auch dieses Jahr bekommt der Barfußpark eine neue Station – eine kleine Sensation: Ab Juni können sich Schwindelfreie auf die längste, frei schwebende Hängeseilbrücke Norddeutschlands wagen. Sie spannt sich über 40 Meter vom Kräutergarten hinunter über das Tal bis zum Tipi. Der schwankende Untergrund ist eine Herausforderung für Balance und Koordination und macht dazu noch richtig Spaß. Das Eröffnungsdatum für die neue Hängeseilbrücke wird auf [www.barfusspark-egestorf.de](http://www.barfusspark-egestorf.de) bekannt gegeben.

Wer lieber auf festem Grund bleibt, kann stattdessen auf dem Barfußpfad die Natur wiederentdecken. Dazu bieten die mehr als 60 Stationen mit unterschiedlichen Belägen viele Möglichkeiten: Schlamm zum Planschen, Kiefernadeln die sanft kitzeln, Kiesel für die „Fußreflexzonenmassage“, blaue Glasscherben für Fakir-Lehrlinge, Baumstämme zum Balancieren. Auch bei kühlem Wetter bleiben die Füße dabei schön warm durchblutet und das Immunsystem wird gleichzeitig gestärkt.

### Aktive Entschleunigung beim „Waldflüstern“ mit Janette Rauch

Abseits vom Barfußpfad, vom Kinderspaß und der Freude daran, das innere Kind wiederzuentdecken, stellt die Schauspielerin Janette Rauch eine ganz besondere Art der Verbindung mit der Natur her. Sie schärft die Wahrnehmung für die Natur mit allen Sinnen durch Entspannungsübungen, Geschichten, Spaziergänge und dem Lauschen der Geräusche des Waldes. Gleichzeitig inspiriert sie dazu, den Wald mit anderen Augen und Ohren wahrzunehmen und

---

#### Kontakt:

Barfußpark Lüneburger Heide • Touristinformation Egestorf • Im Sande 1 • 21272 Egestorf • Tel: 04175-1516 • [egestorf@t-online.de](mailto:egestorf@t-online.de)  
Pressekontakt: Antje Soltau • Tel: 0174-400 99 48 • E-Mail: [info@antjesoltau.de](mailto:info@antjesoltau.de)

eröffnet eine Oase für gestresste Stadtmenschen. Der Barfußpark Lüneburger Heide ist für Janette Rauchs „Waldflüstern“ perfekt geeignet, denn er grenzt direkt an den Naturpark Lüneburger Heide. Viele ruhige Bereiche mit Wiesen und Heidewald, Wasser und frischer Luft machen die Natur ganz nah und mit allen Sinnen erlebbar. Hier finden im Sommer auch regelmäßig Yoga-, Lachyoga- und Qi-Gong-Abende statt.

### Die nächsten Termine im Barfußpark:

Waldflüstern mit Janette Rauch: jeden 3. Donnerstag im Monat, 17:00 Uhr - nur mit Anmeldung, Kontakt siehe Website

#### April

- 27.4. Eröffnung! Der Barfußpark läutet den Sommer ein

#### Mai

- 12.5. Muttertag – halber Eintrittspreis und kleine Goodies für Mütter

#### Juni

- 15.06.2019 – Kräutertag im Barfußpark
- 22.06.2019 – Die lange Nacht des Yogas
- 28.06.2019 – Tag des Fußes

#### Juli

- 01.07. – 05.08.2019 – Sommerferienprogramm im Barfußpark

Alle aktuellen Termine finden Sie auch auf unserer Webseite

[www.barfusspark-egestorf.de](http://www.barfusspark-egestorf.de)

### Über den Barfußpark Lüneburger Heide

Der Barfußpark Lüneburger Heide ist ein Herzensprojekt von Jan Peters, der vor vielen Jahren die Idee für den Barfußpark hatte und sie 2008 mit Unterstützung der Gemeinde Egestorf in die Tat umsetzte. Jetzt, nach über 10 Jahren ist der Barfußpark mittlerweile ein Naherholungsort für Hamburger genauso wie eine Naturattraktion für Touristen der Lüneburger Heide und bringt vielen tausenden Besuchern die Natur näher. Viele helfende Hände unterhalten den Park, immer mit den strengen Regeln des Naturschutzes im Blick. Viele Partnerinnen und Partner tragen zu einem interessanten Programm bei, das Mensch und Natur näher zusammen bringt.

Öffnungszeiten: 27. April bis 30. September täglich von 9-18 Uhr

---

#### Kontakt

Barfußpark Lüneburger Heide • Touristinformation Egestorf • Im Sande 1 • 21272 Egestorf • Tel: 04175-1516 • [egestorf@t-online.de](mailto:egestorf@t-online.de)  
Pressekontakt: Antje Soltau • Tel: 0174-400 99 48 • E-Mail: [info@antjesoltau.de](mailto:info@antjesoltau.de)