



PRESSE INFO

Ein neuer Weg zum Glück

Weltpremiere in Bad Feilnbach: Body2Brain-Strecke basiert auf neurologischen Erkenntnissen

Einen neuen Weg zu guter Laune und Wohlbefinden, zu Spaß und Glück präsentiert nun der oberbayerische Kur- und Fremdenverkehrsort Bad Feilnbach. Auf dem Body2Brain-Rundweg, dem ersten seiner Art weltweit, erfährt der Besucher, wie er durch einfache Leibesübungen seine Gefühlswelt positiv beeinflussen kann. An zwölf Stationen animieren die Gute-Laune Schafe Oscar, Emily, Willy und Marie zu Übungen wie dem lockeren Hüftschwung oder breitbeinigem Sitzen. Was auf den ersten Blick spielerisch aussieht, basiert auf den wissenschaftlichen Erkenntnissen der in Bad Feilnbach ansässigen Ärztin für Neurologie, Nervenheilkunde und Psychotherapie, Dr. med. Claudia Croos-Müller. Die von ihr entwickelte und in mehreren Büchern beschriebene Body2Brain-Methode baut auf die Erkenntnis, dass körperliche Bewegung jene Gehirnstrukturen beeinflussen könne, die für positive Emotionen zuständig sind. „Bereits mit kleinem Körpereinsatz können wir in eine andere Stimmung kommen“, erläutert die Ärztin. Dabei entstehen gesundheitsfördernde, körpereigene Wohlfühl-Substanzen – Hormone und Neurotransmitter. „So kann man durch fröhliche Bewegungen für gute Gefühle im Gehirn und damit für Gesundheit im Körper sorgen“, unterstreicht Dr. Croos-Müller ihren auf neurologischen Erkenntnissen basierenden Ansatz.

Der 2,5 Kilometer lange Rundweg im Ortsteil Au verläuft in Teilen auf dem Bodensee-Königssee Radweg und bietet zwölf heiter illustrierte Schautafeln. Jede darauf vorgestellte Übung sollte man bis zur nächsten Station ausführen. „Dieser neue Gesundheitsweg stellt eine echte Bereicherung unseres Angebots dar“, erläutert Bad Feilnbachs Kurdirektor Florian Hoffrohne, „und unterstreicht unsere Positionierung als Natur-Heil-Dorf.“ Da man bereits mit dem Moorerlebnisweg sehr gute Erfahrungen gemacht habe, freue man sich, diese Weltneuheit zu präsentieren.

Information und Buchung: Kur- und Gästeinformation Bad Feilnbach,
Tel.: 08066/88711, www.bad-feilnbach.de



Gute Laune durch Bewegung. Auf dem neuen Body2Brain-Rundweg in Bad Feilnbach kommen die Hormone in Fahrt. Bei der Premiere hüpfte die Schöpferin der Methode, die Ärztin Dr. Claudia Croos-Müller (im Bild links), mit gutem Beispiel voran.

Bild: Konrad Kriechbaumer

Abdruck honorarfrei – Beleg erbeten