leguano®

barfuß-leguano - gut zu(m) Fuß

Warum sollte ICH wieder mehr barfuß laufen?

So fangen wir alle an – barfuß laufend!

Barfuß laufen ist Gesund

Klar, Barfußlaufen ist gesund – das belegen zahlreiche Studien – aber warum sollte ICH wieder mehr barfuß laufen?

Warum sollte ICH wieder mehr barfuß laufen?

Fuß-muskulatur

Die Muskeln des Fußes brauchen ständiges Training, um nicht zu verkümmern, Barfußlaufen ist hierfür das natürliche Rezept.

Beschwer den

Ein gesunder Fuß beugt zahlreichen Beschwerden vor. (Knie, Hüfte, Rücken)

Ein gesunder Fuß beugt zahlreichen Beschwerden vor

Schlaf-störun-gen

Störungen beim Ein- und Durchschlafen werden durch den Druck auf die Reflexzonen gemildert.

Krampf adern

Die Wadenmuskulatur wird trainiert. Das unterstützt die Venen dabei, das Blut zum Herzen zu pumpen.

Fußfehl stellung en

Barfußlaufen beugt Fehlstellungen und degenerierten Muskeln vor, der gesamte
Fuß wird perfekt trainiert. Dadurch weniger Probleme bei Knie, Hüft und Rückenleiden. Jedes Jahr werden mehr als 500.000 Knieoperationen durchgeführt.

leguano®

Ein gesunder Fuß beugt zahlreichen Beschwerden vor

Kopfschmerzen

Barfußlaufen gleicht einer Fußreflexzonenmassage. Selbst chronische Migräne kann gelindert werden.

Seelische Probleme

Ungefähr 72.000 Nervenenden, die dem Gehirn beim Barfußlaufen Frische und Wohlgefühl signalisieren, sitzen in den Füßen.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Die unterschiedlichen Reize wie Druck, Wärme und Kälte fördern die Durchblutung des gesamten Körpers.

Ein gesunder Fuß beugt zahlreichen Beschwerden vor

Erkältungen

Toller Immunschutz! Die Temperaturreize härten ab, unterstützen den Körper bei der Wärmeerzeugung.

Gelenkleiden

Laut einer US –Studie reduziert sich die Belastung von Hüfte, Knie- und Fußgelenken um mehr als 30 Prozent.

Rückenschmerzen

Die Haltungsmuskeln werden gestärkt, die Bandscheiben durch den sanften Auftritt entlastet.

Warum geschütztes Barfußlaufen?

Vor allem auf unebenem Untergrund kann das Barfußlaufen schnell unangenehm werden.

Die trittfeste Sohle bietet umfassenden Schutz für Ihre Füße und optimale hygienische Voraussetzungen

Die leguano passt sich optimal jeder Fußform an, sodass das natürliche Barfußgefühl erhalten bleibt.

leguano®

Wann und Wo kann die leguano getragen werden?

Sport

Beim Fitnesstraining (Yoga, Stepper, Laufband, Aerobic usw.), beim Joggen / Laufen, beim Walken, beim Spazieren gehen und Wandern

Freizeit

Ob zu Hause, im Flugzeug, in der Bahn, im Auto oder unterwegs. Sie bietet perfekten Komfort und eine hohe Rutschfestigkeit auf nahezu allen Untergründen

Am Wasser

Auf dem Boot, am Strand oder bei der Wassergymmnastik.

Das Material

Oberma terial

Obermaterial enthält Schurwolle und Baumwolle (von Fa. Kunert produziert) und erhält das Label ökotex 100 .

Sohle

Trittfest und wärmebeständig.
Erfüllt die deutsche Spielzeugnorm

Und sonst?

Herstellung erfolgt mit Ökostrom.
Made in Germany

Die Kollektion

NEU

leguano ballerina
leguano sneaker mesh

ballerina schwarz

leguano ballerina
lieferbar in den Größen

XS (36-37)
S (38-39)
M (40-41)
L (42-43)

in der Farbe

schwarz

VK 79,- Euro (incl. MwSt.)

Das Obermaterial der **leguano ballerina** besteht aus dem patentierten, hochwertigen KUNERT - Zwirn und ist nach Oeko-Tex 100 Standard zertifiziert (Geprüft auf Schadstoffe, gesundheitlich unbedenklich).

Die Sohle besteht aus dem bewährten körperfreundlichem *LIFOLIT®*, das die Anforderungen der Spielzeugnorm EN 71/9 erfüllt.

sneaker schwarz

sneaker sand

leguano sneaker mesh
lieferbar in den Größen

XS (36-37)
S (38-39)
M (40-41)
L (42-43)
XL (44-45)
XXL (46-47)

in den Farben
schwarz
sand

Obermaterial:
70% Baumwolle
14 % Polyamid
10% Polypropylen
3% Elasthan

Sohle:
LIFOLIT® erfüllt die Anforderungen der Spielzeugnorm EN 71/9

VK 79,- Euro (incl. MwSt.)

leguano®

Die Kollektion

natürlich.
barfuß.
leguano.

marine

rot

business

orange

Modell: Primera
Auch in der Sondergröße 3XL (48-49) lieferbar!

NEU

primera

barfuß-leguano® PREMIUM
lieferbar in den Größen

XS (36-37)
S (38-39)
M (40-41)
L (42-43)
XL (44-45)
XXL (46-47)

leguano®

Und für die Kleinen – Barfuß von Anfang an

Drinnen und Draußen

Natürliches **sicheres** Barfußlaufen für drinnen und draußen,beim Spielen und Toben….

Schnelles Anziehen

einfach überziehen - fertig - loslaufen

Barfuß tut gut

Bewegungsfreiheit der Füße garantiert Entspannung und Wohlbefinden, Kinder wollen Barfuß laufen.

Und hier kann getobt werden

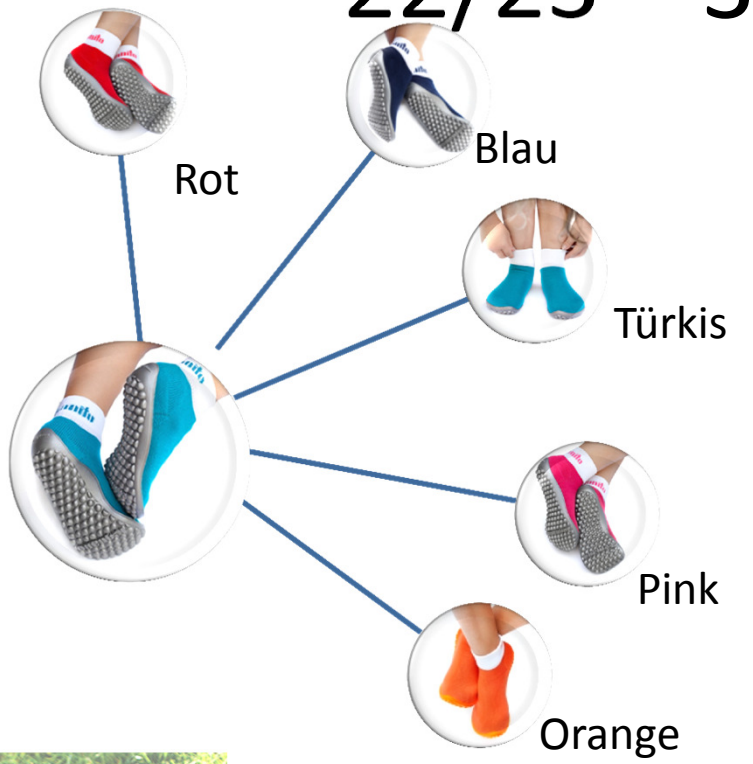
Drinnen

Zuhause,
im Kindergarten,
in der Schule

Draußen

auf der Straße,
auf dem Spielplatz,
im Garten,
im Wald,
am Sand- und Kiesstrand,
im Wasser und Vielerorts mehr.

Die Kollektion in den Größen 22/23 – 34/35



Fragen und Antworten

Wie lange hält die Sohle ?

Ca.1000 km auf Asphalt, in etwa so lange wie ein normaler Joggingschuh.

Was ist Lifolit?

Ein widerstandsfähiges, sehr flexibles Material. Wird u.a. in der Spielzeugindustrie verwendet (z.B. Schleichtiere) und erfüllt die Spielzeugnorm EN 71/9 – für Kinder unbedenklich

Wo kann ich damit laufen?

Überall dort, wo ich gerne Barfuß laufen möchte. Die Sohle bietet einen idealen Schutz gegen scharfe Gegenstände wie z.B. Scherben, Muscheln, Steine, Äste, Schotter, Asphalt etc.

Kann ich damit ins Wasser?

Wattwanderungen, im Meer schwimmen, Surfen, Boot fahren oder sicher im Hallenbad – perfekt ausgerüstet

leguano®

Fragen und Antworten

Was passiert bei Regen und Kälte?

Ich bekomme sofort einen nassen Fuß, die Füße werden jedoch nicht kalt, solange ich in der Bewegung bleibe. Das gilt auch bei tiefen Temperaturen.

Leiert der Strumpf aus?

Nein, auch nach häufigem Waschen in der Waschmaschine bleibt die Passform erhalten.

Habe ich genug Halt?

Durch die Aktivierung der Fußmuskulatur, Sehnen und Bänder sorgt der Fuß selbstständig für den nötigen Halt. Stolpern und umknicken kommen wesentlich seltener vor.

In die Waschmaschine?

Ja, bei 40 Grad im Wäschebeutel.

Fragen und Antworten

Bei Kniepro blemen?

Viele Knieprobleme werden durch Fußfehlstellungen verursacht. Durch das Training der Fußmuskulatur gehören Knieprobleme häufig bald der Vergangenheit an. Das Gleiche gilt für Hüft- und Rücken-probleme.

Warum Stoff ?

Das Obermaterial ist atmungsaktiv damit die Feuchtigkeit nach außen transportiert werden kann. Der Fuß darf endlich auch wieder atmen.

Wodurch die Füße ihre natürliche Funktionsfähig-keit wieder erlangen ?

Durch häufiges Barfußlaufen aktiviere ich meine Fußmuskulatur

Brauche ich keine Dämpf-ung ?

Bei einem natürlichen Laufstil benötigen wir keine gedämpften Schuhe. Wir sind barfuß auf die Welt gekommen. 2 Mio. Jahre Menschheitsgeschichte beweisen das.

leguano®