

# Tritt ein in das Leben 2.0!

Dazu gönne man sich 1 x täglich Kung-Eis

Werde auf angenehmste Weise fitter, entspannter, schöner und gesünder – werde jünger!

## Kung-Eis

Das ist Kungsen im Zeichen der laufenden Eistüte (Genuss + Gesundheit)

Kritischer **K**örper- **u**nd **N**atur**g**enuss – (aktive) **E**rholung **i**n **S**onne, bei Schnee und Schlechtwetter

**Kungsen**, das Verb zum Kung-Eis-Zauberlaufen, oder:

**K**örper- **u**nd **N**atur**g**enuss in **S**ittsamer, **e**ffektiver **N**acktheit\*

Effektiv bedeutet, dass diese Nacktheit etwas bewirkt, nämlich körperlich durch Kältereiz, größere UV-Einwirkung, Bewegungsfreiheit, ungehinderte Wärme- und Feuchtigkeitsabgabe und psychisch mit dem Ablegen der Kleidung nicht nur ein Befreien von Alltagsproblemen.

\*so nackt man es mag, aber im Rahmen des rechtlich Möglichen, frei von Erotik, stressfrei, ohne Konfrontationen und Diskussionen

**Werde ein Kezler! Weil so Bewegung glücklich und jung macht:**

- Im Vergleich zum normalen Joggen: **anstrengungs-, erschütterungs- und schweißfrei**,
- ganzjährig, bei nahezu **jedem Wetter** möglich,
- für **jedes Alter** und Durchführbarkeit für nahezu **jeden Gesundheitszustand** (sofern man noch gehen kann),
- **ganzjährig** ausreichende bis optimale **Vitamin-D-Versorgung** durch Sonnen- und Tageslicht,
- großflächiger Hautkontakt zu **Luft, Licht, Sonne oder auch Regen, Schnee und Wind**
- Wie sonst kann man sich **nackt das ganze Jahr im Freien** aufhalten **ohne zu frieren und ohne zu schwitzen?**
- Was sonst bietet **sanftes, tänzelndes (oder schnelles) Laufen, Gehen, Baden, Landschaftsgärtnern, Natur beobachten, FKK, Früchte naschen in einem Abenteuer?**

Ein Natur-Pur-Ur-Kurzschritt-Tanz-Geh-Laufen: Lass Deinen Körper sprechen, was gut für Dich ist! Genieße Deine Beweglichkeit! Genieße die Natur! Und nach kurzer Zeit wirst Du spüren, wie es Dir bessergeht, wie Du ruhiger und entspannter den Tag meisterst. Und mit der Zeit wird Kung-Eis Auswirkungen auf Deine Beschwerden und Deine Figur haben – denn es ist ganz nebenbei das revolutionärste Bewegungs-Hygiene-Konzept, das hoffentlich in nicht allzu ferner Zukunft so selbstverständlich zum Alltag gehört wie Waschen und Zähneputzen. **Jetzt kann man sich täglich etwas Phantastisches gönnen ohne schlechtes Gewissen!**

Weitere Infos zum Selberlernen auf **Kung-Eis.de** (oder KEZL.de) oder zusammengefasst im 80 Seiten Büchlein: **A. Zetrawski: Weltretten geht anders: Für Menschen, die ausgetretene Pfade verlassen.** Direkt bei mir, ansonsten leider nur bei Amazon erhältlich: versandkostenfrei 7,18 €, auch als eBook: 2,69 €.



- ✓ ein phantastischer täglicher Kurzurlaub
- ✓ weniger anstrengend als Spaziergehen
- ✓ 100 Mal gesünder als normales Joggen
- ✓ keine Kosten
- ✓ keine Mitgliedschaft