

Hogyan küzdenek a naturisták a mellrák ellen

Sydney Ross (énekes) és Soma Grismaijer

(orvosi antropológus) írása Rendezők, Kultúrgenikus Betegség Kutatóintézete

Senki se tudja jobban a naturistáknál, hogy milyen harcolni a közvéleménnyel. Olyan kultúrában élünk, amelyben a ruha viselése nem csupán a norma, de sok esetben törvény is. Te személyesen is tudod, hogy a meztelen rekreáció energizál, felszabadít és egészséges. Tudod, hogy kényelmesebben érzed magad meztelenül, természetes módon, mint textilben.

Van egy olyan ruhadarab, amely különösen problémás, de amit a nők kénytelenek viselni. A testet szorosan körül veszi, olyan közel, hogy gyakran akadályozza a keringést. Ez megváltoztatja a test alakját, és amikor megváltozik az alakod, megváltozik a működésed is, és károsodik az egészséged. A nők kötelesek viselni ezt a ruhadarabot a serdülőkortól a halálig, és néhányan valójában minden nap viselik. A nők annyira megszokták ezt a ruhát viselni, hogy nélkülük „meztelenül” érzik magukat, mintha a meztelenség rossz dolog lenne. A testük annyira függ a ruházattól, hogy úgy érzik, szükségük van rá.

Természetesen a melltartóról beszélünk. A melltartókat csupán a divat miatt gyártják. Nincs gyógyászati oka a melltartó viselésnek. Egy kutatás pedig kimutatta, hogy sok gyógyászati oka van a nemviselésének. Valójában a mellfájdalmak és ciszták nagy részét a szűk melltartó viselet eredményezi. Naponta több tízmillió nő van, akik naponta szenvednek a melltartóból eredő problémák miatt. A mellek okozzák a nyak-, és a hátfájást, a fejfájást, a karok és a kezek idegkárosodását, a bőr depigmentációját, bőrképzéseket és gombákat, a mellfájdalmat, a fibrocisztás mellbetegségeket, a csökkent melatonin szekréciót, emésztési zavarokat, a korlátozott légzést, a csökkent önbecsülést stb....

A legrosszabb dolog, amit okozhat melltartó, az a mellrák.

Természetesen, ha megnézed az interneten található melltartókat, akkor sok hirdetést és képet fog látni, és kevés említést az általuk okozott problémákról. Naponta több mint egymillió melltartót adnak el csupán az Egyesült Államokban, így ez a több milliárd dolláros iparág nem fogja kitergetni a szennyezet a veszélyeiről. Vannak feltételezések a melltartógyárosok közösségén belül (amelyet egyébként homoszexuális férfiak dominálnak), hogy az alul drótozott melltartók mellrákot okozhatnak. Viszont ezt

alátámasztó kutatások nélkül nem lehet felelősséget megállapítani, tehát nincs aggódnivalójuk.

Akárcsak a ruházat más kulturális normái ellen, a melltartó elleni küzdelem is kemény csata. Nem a tudományról van szó, sem az egészségről. Az a lényeg, hogy a kultúra elfogadhatónak tartja. A kultúra a tudományt használja fel az előítéleteinek igazolására, ezért az ezt alátámasztó tanulmányokat szívesen várják és publikálják. Eközben a kulturális gyakorlat ellen szóló kutatásokat elnyomják és megbélyegzik.

A kultúra olyan, mint egy személy. Racionális is lehetne, foglalkozhatna a tényekkel, de inkább úgy racionalizálja a tényeket, hogy azok azt támogassák, amit már el akart hinni. Meggondolatlan, megtagadja magát, és önpusztító lehet. És olyan kultúrában, ahol a ruházat elengedhetetlen, beleértve a fehérneműt, melltartót is, minden információ, amely a meglévő helyzet ellen lép fel, el van nyomva.

Szerencsére az igazság az ellenállás mellett is létezik. Tudod, hogy a naturizmus jó neked, mert az jó érzés. A test a természetes vezető. Ezért vannak érzéseink. Annak ellenére, amit a kultúra mond, érezheted az igazságot. Ezért a naturisták arra ösztönzik a többi embert, hogy kipróbálják ezt a felszabadító életmódot. Érezni fogják a különbséget.

Ugyanez vonatkozik a melltartókra is. A melltartót viselő nők rendszerint tudatában vannak a kellemetlen érzésnek, és azonnal ledobják melltartójukat, amint hazaérnek. Ösztönösen tudják, hogy a melltartó kellemetlen, de mint a legtöbb ruhát, megszokják. Néhány nő már nem is érzi a kellemetlenséget, vagy esetleg még rosszabbul érzi magát a melltartó nélkül. Néhányan esküsznek, hogy szükségük van melltartóra a mellek megtartásához, mintha az emberi testet olyan hibával tervezték volna, aminek szüksége van a 20. századi fehérneműre.

Amikor a nők abbahagyják a melltartó viselését, csodálatos dolgok történnek. Melleik hirtelen kevesebb fájdalmat érznek. A ciszták eltűnnek, még ha már évek óta távolítják is el az orvosok belőlük újra és újra a ciszta folyadékot. Miután a melltartó eltűnik, a ciszták is eltűnnek. Rájönnek, hogy a melleik ténylegesen megemelkednek és tónusossá válnak, mint egy kar, amely visszanyeri az erejét, miután éveken át be rögzítve volt. Azt mondják, hogy könnyedeb-



ben lélegeznek egy feszítő mellkaspánt nélkül. A testképük és az önbecsülésük pedig javul.

Ezeket a női reakciókat 25 év alatt fedeztük föl a melltartó okozta rákos megbetegedések kezelése által. Egy utazás részesei voltunk, amely tartott a Fidzsi dzsungelaktól, ahol először felismertük a feszes melltartók okozta problémákat, az akadémiai csarnokokba, ahol komolyan veszik a melltartó és a rák kapcsolatát.

Annyira komolyan, hogy ennek az információnak komoly ipari ellenállása van. Több milliárd dolláros üzletüket veszélyben érezve a fehérnemű ipar támadásokkal közelíti meg a kutatásunkat. Most azonban vannak olyan új melltartó tervek, amelyek állítólag jobbak a mellnek, és amelyek a kutatásunkon alapulnak. Nem hordani melltartót elfogadható stílussá vált, hírességek, mint Gwyneth Paltrow, Gigi Hadid és Kendal Jenner nem hordanak melltartót, sőt a First Lady Melania Trump is melltartó nélkül jelent meg.

A Top-free (Felső nélkül) és a Free the Nipple (Szabadítsd ki a mellbimbót) mozgalmak megkérdőjelezték, hogy miért kell a nőknek melltartót viselniük, vagy viselniük bármit a mellükön, különöse ha a férfiaknak nem kell. A társadalom szerkezete szó szerint újraterveződik. Az egészség

és a kényelem egyre fontosabbá válik a ruházati normáknak való megfelelésnél.

Ez jó hír a nők számára, főleg mivel a melltartó viselese a mellbetegségek egyik vezető oka. A melltartómentesítés remek és hatékony módszer a mellbetegségek megelőzésére és gyógyítására. Sajnos más probléma is akad. Ez a rákipar.

A rák kimutatása és kezelése nagy üzlet. A mellrák egy több milliárd dolláros vállalkozás. Ennek eredményeképpen a megelőzést gyakran figyelmen kívül hagyják, a pénz a diagnózisban és a kezelésben van.

Olyan kultúrában, ahol a melltartó a norma, és az emlőrák kimutatása és kezelése rendkívül nyereséges, számíthat rá, hogy ellenállásba ütközik a melltartókat és a mellrákot elemző információ. Míg számos tanulmányt mutatnak be a melltartó okozta rákos megbetegedésekről, ezeket a „rákipar” elnyomja, elhomályosítja vagy cenzúrázza. A rákkutatók ahelyett, hogy tovább kutatnák a melltartó és a rák kapcsolatát és további kutatásokat végeznének, a kapcsolatot a kettő között „mítosz” tekintik.

Nehéz elszakadni a kultúrába épült bigottságtól. A gyógyszeripar nem akar kihívást jelenteni a melltartóiparnak, sem bármilyen iparágak. A munkájuk a betegség felderítése és kezelése, nem pedig a

kultúra megváltoztatása a betegség előfordulásának megelőzésére. Valójában több mint 30 évet vett igénybe a dohány és a tüdőrák kapcsolatának elfogadása az orvosi közösségben. Az 1950-es években, miután a kutatás már kimutatta ezt a kapcsolatot, még mindig szerepeltettek orvosokat a cigaretta reklámokban.

Ugyanezek a kulturális tényezők, amelyek ellenállnak a változásoknak, megakadályozzák a közös felismerését annak, hogy a melltartó rákot okoz. Azt gondolnád, hogy az igazság ez esetben győzne. Nem. És mint naturisták, ezt már tudják.

Miért veszélyesek a melltartók az egészségre?
A melltartókat úgy alakították ki, hogy megváltoztassák a mell alakját, és ezt folyamatos nyomás alkalmazásával teszik. Ez a nyomás összenyomja a finom, apró nyirokcsomókat a mellekben, amelyek leürítik a nyirokfolyadékot, amely leginkább a hónalj nyirokcsomóira áramlik, és eltávolítja a baktériumokat, vírusokat, rákos sejteket, toxinokat, celluláris törmeléket és más emlőszövetből származó hulladékokat. A nyirokáramlás passzív folyamat, amelyet a mozgás segít. Így a szűk melltartó nem csak a mellek nyirokcsomójának lecsapódását szorítja el, hanem a melltartók rögzítik is a melleket, ami tovább gátolja a nyirok áramlását.

A nyirokrendszer több mint egy hulladékkezelő rendszer a szövetek tisztasága számára. Ez az immunrendszer keringési pályája is, ezért a nyirokfolyadék visszamegy a nyirokcsomókba. Ezek a csomópontok a fehérvérsejtek termelésére szolgáló gyárak, a fertőzések és a rákos sejtek elleni küzdelemben, amelyek a nyirokcsomó mozgásának köszönhetően kimutathatók. Ha a mellek nyirokcsomóját kényszerítő ruházzal akadályozzák, akkor a mellek fokozatosan elmergeződnek és az immunrendszer nem képes hatékonyan megjavítani a károkat. A végeredmény a rák.

A naturistáknak nem új a ruhák okozta betegségek fogalma. Minden szűk ruha ártalmas, beleértve a szűk farmert (ami a szűk farmer-szindrómát okozza), nyakkendők (amelyek agy- és szemnyomást, glaukómát okozhatnak), fűzők (évszázadok óta deformálják és nyomorítják meg a nőket, férfiakat és gyerekeket) szűk cipők (amelyek lábdeformitást, hátsérüléseket és más lábbetegségeket okoznak). Bármilyen, ami szűkös, káros az emberi test egészségére nézve, mivel az hibátlan keringést igényel.

Ez nyilvánvalónak tűnhet, különösen egy naturista számára. Azonban amikor a világ első vizsgálatát végeztük az emlőrák és a melltartó közötti kapcsolatról az 1991-93-as amerikai melltartó és mellrák vizsgálatban, a világ megdöbben. Közel 5000 nőt néztünk meg öt nagyvárosban, nagyjából minden második mellrákos volt már, és megkérdeztük őket a melltartó viselési szokásairól. Rájöttünk, hogy minél hosszabb és szorosabb a melltartó, annál

nagyobb a mellrák kockázata, több mint 100-szor egy folyton melltartót viselő személynél, mint egy nemviselőnél.

Bemutattuk kutatásunkat a legnagyobb amerikai rákszervezeteknek és női csoportoknak, de mindannyian figyelmen kívül hagyták. A melltartó megkérdőjelezése túlságosan merész ötlet volt. A testkép megkérdőjelezését és a melltartó-alakú mell promóciójának végét jelentette. Ez azt jelentette, hogy meg kellene változtatnia saját öltözködési szokásait. Ez azt jelentette, hogy megkérdőjelezi az összes korábbi emlőrákkutatást, amely figyelmen kívül hagyta ezt a létfontosságú életkörülményt, mint például a dohányzás figyelmen kívül hagyása a tüdőrák kutatásakor. Mindenki számára kínos volt, aki figyelmen kívül hagyta ezt a legnyilvánvalóbb tényezőt, amely befolyásolja a női mell egészségét.

Ha baj van a lábaddal, az első és leginkább gyanús tényező a cipőd. Ha bajod van a melleiddel, akkor a melltartónak rajta kell lennie a bűnösök listáján. De ki bátor eléggé, hogy megkérdőjelezze a melltartót? Hamar rájöttünk, hogy ez az információ csak akkor kerülne nyilvánosságra, ha kutatásunkat könyv formájában közzétesszük. Az Avery Publishing Group (Avery Kiadó Csoport) nagyon izgatott volt a kutatásainkkal kapcsolatban, és 1995-ben adták ki a *Dressed to Kill* (Ölésre öltözve) első kiadását. Nem sokkal később felkérést kaptunk, hogy a Naturista Társaság megálmodójának és alapítójának, Lee Baxandall-nak részt vegyünk a naturista konferenciáján.

Rögtön szembekerültünk a rákiparral, amely határozottan érvelt amellett, hogy a melltartók nem okozhatnak rákot, és hogy a nők továbbra is mammográfiai vizsgálatokban részesüljenek a daganatok megjelenése után. A fehérmű ipar perrel fenyegette a kiadómát, amely soha nem valósult meg. És még a feminista csoportok is egyetértettek velük ebben a kérdésben, attól tartva, hogy a melltartó hordás befejeztével ki lennének téve a perverz férfiakkal. (A 70-es évek melltartó-égető, felszabadító szelleme már rég elszállt.)

Az egyedüli emberek, akik megértették a munkánkat és elismerték jelentőségét, alternatív egészségügyi szakemberek voltak, például masszázs terapeuták, csontkovácsok, naturopátiás orvosok és alternatív egészségügyi dolgozók, akik megértették a nyirokrendszer fontosságát és annak megfelelő áramlását az egészség megőrzésének érdekében. És persze ott volt a naturista közösség.

Az elmúlt 25 év alatt végig felszínen tartottuk a kérdést, egy titkos fegyverrel: amikor a nők próbálnak felhagyni a melltartóval, a mellek egészsége drasztikusan és gyorsan javul.

Azonban, mivel a „rákipar” még mindig elhárítja a melltartó-rák elméletet, és aktívan megpróbálja

elnyomni azt, hirdetniük kell az „igét”. Amint a nők felhagynak a melltartóval, a mellrák aránya csökkenni fog. A nők nem fognak többet fájdalomtól és cisztáktól szenvedni. A mellbetegség ritkaság lesz, ahogyan az a melltartó nélküli kultúrákban van.

A melltartó nemhasználata egyre elfogadottabb, mégis a nők egy kisebb része gyakorolja csupán. Több nőre van szükségünk a melltartó-szabadság előnyeinek bemutatására. Olyan nőkre, akik nem félnek attól, hogy melleik természetesnek látszanak, akik testükben kényelmesek és egészséges testképpel rendelkeznek.

Nyilvánvaló, hogy a naturista nők mutathatják az utat. Ki tudná jobban értékelni a ruházat problémáit? És mivel a naturizmus az egészséges testképet és az önérzetet erősíti, a naturista nők nem szégyellik a melleiket, melltartó nélkül sem.

Szükségünk van a naturista nőkre, hogy csatlakozzanak a Nemzetközi Melltartó Nélkül Tanulmányhoz. (International Bra-Free Study)

Ez a hosszútávú tanulmány az évek során követni fogja ezeket a nőket, hogy megmutassa, hogy az ő melleik a világon a legegészségesebbek. Ezek a nők lehetnek az ellenőrző vagy összehasonlító csoportja az összes mell és melltartó vizsgálatnak. A melltartó nélküli nőknek alig vagy egyáltalán nincs mellfájása vagy cisztája, és a rák aránya

alacsonyabb lesz, mint a többi nőnél, hasonlóan a férfiakhoz.

Azok a nők, akik részt vesznek a kutatásban, mindent megtesznek, hogy melleik egészségesek és betegségmentesek legyenek, és ösztönözni fognak más nőket, hogy ugyanezt tegyék. Így fogjuk befejezni a mellrák járványt. Minden egyes nőnél egyszerre. És a naturista nők fogják vezetni az utat.

Ez nagyszerű módja annak is, hogy segítsenek másoknak túlesni a mell-fóbiájukon és hirdessék a naturizmust. Naturisták előre!

Azoknak, akik szeretnék a melltartó és a rák kapcsolatáról szóló teljes történetet elolvasni, látogassanak el honlapunkra: www.BrasAndBreastCancer.org. Talán el is szeretné olvasni a 2018-as, frissített, második kiadását a Dressed to Kill c. könyvnek.

A Nemzetközi Melltartó Nélkül Tanulmányhoz való csatlakozáshoz látogasson el a www.BraFreeStudy.com oldalra.

A világ nőinek szüksége van rád!

„Mindenki fog találni valami érdekeset az öreg birodalmi város változatos lehetőségei között“

Milyen tevékenységet végeznek valójában a fiatalok az európai naturisták között? Amióta a német Daniela Schleicher az új felelőse a fiataloknak az ENC-nél (Európai Naturista Bizottság), a mozgalmasság visszatért a közösségbe.

35 évesen tele van ötletekkel és szomjazik az akciókra. Ezért látogatta meg Christoph Müller társaságában – akit sokan a naturizmus krónikásának ismernek – a Lobau naturista parkot, ami Ausztria fővárosában, Bécsben található.

Daniela és Christoph beszéltek a helyi szervezővel, Karl Nowotny-val, hogy előkészítsék az ENY (az európai naturista fiatalok tagozata) tavaszi „rally-ját”, amely ott kerül megrendezésre 2018 május 10-től 13-ig. Bécs egy élettel teli világváros, amely közkedvelt a fiatalok körében. Daniela és Christo-

pher meg vannak győződve róla, hogy mindenki találni fog valamit az öreg birodalmi város változatos lehetőségei között.

Daniela és az előkészítő csapata jól tudják, hogy egy olyan városban, mint Bécs, három nap nagyon kevés.

A városnézés során a fiatalok biztosan megismerik majd a „Harmadik Ember”-t (híres múzeum) a képek alapító fővárosából, ahogyan a 19. század birodalmi érzékletességét is.

A naturista terület kényelme Lobau-ban lehetővé teszi majd, hogy megismerkedjenek egymással az emberek, és hogy megtapasztalják a közösséget.



Info Focus Április

A cikkek beküldési határideje március 20.
Fókusz kiadása legkésőbb április 5.

„Naturista Úszó Gálára, az olaszországi Andalo“



2017 októberének 20-22-re eső hétvégéjén a Párizsi Naturista Szövetség (Association des Naturistes de Paris) 23 tagja az olaszországi Andalo felé vették az irányt a 46. INF Naturista Úszó Gálára. A helyszínen 15 baráttal találkoztunk, akik Franciaország más területeiről érkeztek, illetve a hétvége során új barátságokat kötöttünk naturistákkal számos más országból.

Az olasz szervezőktől és az INF tagjaitól olyan meleg fogadtatásban volt részünk, amelytől igazán éreztük, hogy egy nemzetközi naturista család tagjai vagyunk. A péntek és szombat esti vacsora tényleg egy közösségi élmény volt, én pedig törekedtem a lehető legtöbbet beszélgetni a világ minden pontjáról érkezett naturista társaimmal, a nyelvi nehézségek ellenére. Ahogy láttam Olaszország naturista közössége nagyon energikus, klubokkal és nyaralóhelyekkel országSZerte.

A Gála nagy sikernek örvendett, én pedig gratulálok a rendezvénybizottság 20 tagjának. Összehozni több mint 300 naturistát egy távoli sikőzpontban nem könnyű feladat. Az AcqualN wellness és a vízikőzpont tökéletes találkozóhely, benne egy 25m-es medencével a versenyeknek, számtalan gyógyfürdővel, szaunákkal és gőzkamrákkal.

Megragadtuk a lehetőséget, hogy körbejárjuk a helyet, leginkább Bolzano-t és Verona-t, ahol zsákjainkat és gyomrunkat helyi termékekkel töltöttük meg. Ami a vendéglátás helyét illeti, az ilyesfajta sporttalálkozóknak rengeteg pénzt jelentenek a helyi gazdaság számára. A naturisták számára ez egy program, amely közelebb hoz minket egymáshoz és erős kötelékekre ad lehetőséget. Andalo-t csupa jó emlékekkel és szüvenírekkel hagytuk el.

A franciák izgatottan várnak jövőre a Le Havre-nél és remélem 2019-ben Párizsban!

Laurent Luft
A Párizsi Naturista Szövetség elnöke

ASSOCIATION DES NATURISTES DE PARIS
www.naturistes-paris.fr
www.facebook.com/ANPnaturiste75
www.twitter.com/ANPnaturiste75

Közel az Alpokhoz, 25 km-re Turin központjától, 20 percre a Caselle reptértől. Karavánok, rekreációs sátrak és járművek, teljes felszereltségű bungalók, faházikós karavánok.

Medence, szolárium, jakuzzi, és szauna. Klubház étterem, pétanque, mini tenisz, pingpong, röplabda. Túrabiciklis körutak és ösvények a Mandria Parkban.

Látványosságok: Venaria királyi kastély és park, Szent Michele apátság, Rivoli kastély, Mole Antonelliana, Egyiptomi múzeum, Piaazza S. Cario, Superga-i bazilika.

Via Lanzo 33 - 10040 La Cassa (TO) - Italy, Tel/Fax +39.011.984.29.62 - Tel +39.011.984.28.19
Mail: info@lebetulle.org Web: www.lebetulle.org



„BN-Nudefest 2018 Meghívó“



A Nudefest az Egyesült Királyság legnagyobb évente rendezett naturista fesztiválja, amely 7 napon át tart az ország délkeleti részének szívében lévő táborozóhelyen, rengeteg programmal, sporttal, zenével és szórakozással mindenki számára.

A Nudefest 2018 július 11.-től 16.-ig (keddtől hétfőig) tart. A Nudefest színes és életteli naturista fesztivál, amely a Thorney tavaknál található, Somerset-ben. A fesztiválterület egy nagy, halásztavakkal és kempinghelyekkel teli farm része.

Egyszer egy évben a brit naturizmus mintegy a naturista események „zászlóshajójaként” tábort ver itt vendégül látva a naturistákat, felajánlva vendégeinek az egyheti meztelenség lehetőségét a tábor egész területén.

Minden nap bőven vannak programok. Általában 8:30-kor kezdődnek a napok futással, edzéssel és jógával. A fesztivál kávézójában fogyasztott kiadós reggeli után pedig feliratkozhatunk egy kézműves foglalkozásra, legyen az zászlófestés, zsákfestés, rajzolás, vagy bármelyik másik foglalkozás. Mutasd meg a benned rejlő tehetséget a zenei színpadunkon, amely mindenkit arra bátorít, hogy önmaga legyen. Tipikus brit programok is vannak a listán, mint pl. a teadélután parti, a Morris-tánc, lovaskocsi hajtás, hajótúrák, istálló tánc, horgász versenyek és lövészet. Július 14.-e (szombat) reggelén lesz megtartva a híres 5/10K meztelen futás a táborhely körül, amit követ majd a különleges Nudefest 'Jeux sans Frontières' (Játék határok nélkül) az arénában.

A napközbeni szórakozás és játékok után üljön le, pihenjen a vacsorája mellett barátaival, és töltsen újra az akkumulátorait, hogy készen álljon egy egész esti táncolásra, éneklésre és mulatozásra a bárban. Az esti szórakozás részét képezik a top bandák, diszkók UV-s testfestéssel, és a társasjátékok.

A Nudefest csúcspontja a szombat este, amikor a hihetetlen Anyahajó leszáll a fő sátorba. Készüljön fel a téngrásra egy idegen, sci-fi világba az intergalaktikus, interaktív, extravagáns zenével, fényekkel, lézerrel, történet meséléssel és egy másik dimenzió táncával. Egy felejthetetlen élmény, ami tényleg szinte nem evilági!

Visszatérve a földre, a Nudefest táborhelye 4 különböző területre van osztva, a közepén a nagy arénával, amellyel szemben található a sátorokból álló félhold, ahol helyi ételekkel és termékekkel szolgálnak, illetve a bárban alkohollal és harapnivalókkal. Ki tudja, lehet, hogy még a fagyis kocsi is felbukkan....

A kalóriák égetése érdekében látogasson el a sportterületre az aréna végén, ahol kipróbálhatja magát pétanque-ban vagy családi sportjátékokat játszhat.

És ez még mindig nem a vége, szóval jegyezze fel naptárjába a dátumokat, nehogy kihagyja! További részletekért és foglalásért érdeklődjön a www.bn.org.uk/Nudefest weboldalon, vagy az info@nudefest.co.uk e-mail címen!

Az INF-FNI vagy tagszövetségeinek tagjai kedvezményre jogosultak. A helyszín könnyen megközelíthető a Plymouth-i kompkikötőből, vagy ha repülővel érkezik a Bristol repülőtérre, akkor a 'Falcon' busz viszi Taunton-ba (bővebb utazási információért érdeklődj a szervezőknél).

A többi európai ország naturista tagjai és az onnan érkező látogatók nagyon baráti fogadtatásban fognak részesülni.

Nigel und Rachel

NUDE FEST 2018

MON 9th - MON 16th JULY 2018

Thorney Lakes
Caravan and Camping Park
Muchelney, Langport,
Somerset TA10 0DW

7 days of 24 hour nudity
= NED 5/10K fun runs
= Workshops, bands & entertainment

Limited availability. Book online at:
www.nudefest.co.uk
or call 01604 620361

Email: info@nudefest.co.uk Twitter: @Nudefest_BN @britnaturism

BN INF