

Lebensordnung

Waldbaden

Waldbaden ist ein Naturerlebnis für Körper, Geist und Seele. Erleben Sie mit allen Sinnen den Wald und entdecken Sie dabei neue und intensivere Eindrücke, als Sie es bislang bei Waldspaziergängen getan haben.

Entspannen Sie sich vom Alltagsstress, entschleunigen Sie und tanken Sie Ihre Kräfte wieder auf.

Die Taunuswälder eignen sich ideal für ein erholsames Waldbaden. Umarmen Sie die Bäume, lehnen sich an, entspannen Sie, setzen Sie sich auf die Wurzeln und nehmen das Aroma auf.

Das Angebot ist für die ganze Familie geeignet.

Bereits Erich Kästner (1899 – 1974) kannte die Heilkraft des Waldes (Zitat):

„Die Seele wird vom Pflastertreten krumm.

*Mit den Bäumen kann man wie mit Brüdern reden
und tauscht bei Ihnen seine Seele um.*

Die Wälder schweigen. Doch sie sind nicht stumm.

Und wer auch kommen mag, sie trösten jeden.“

Leitung:	Andreas Ott <i>Kneipp Gesundheitstrainer, Erlebniswanderleiter</i>
Veranstaltungs-Nr.:	Kurs 1 19-16-055-10-1 Kurs 2 19-16-055-10-2
Tag und Zeit:	Sonntag, 10:00 Uhr
Datum:	Kurs 1 21.07.2019 Kurs 2 15.09.2019
Dauer:	120 – 150 Min
Ort:	Treffpunkt: Barfußpfad Bad Schwalbach
Gebühr:	kostenfrei
Teilnehmer:	max. 10
Info & Anmeldung:	Andreas Ott
Tel. / E-Mail:	06124 / 722429 info@kneipp-verein-bad-schwalbach.de
Vorankündigung erforderlich	