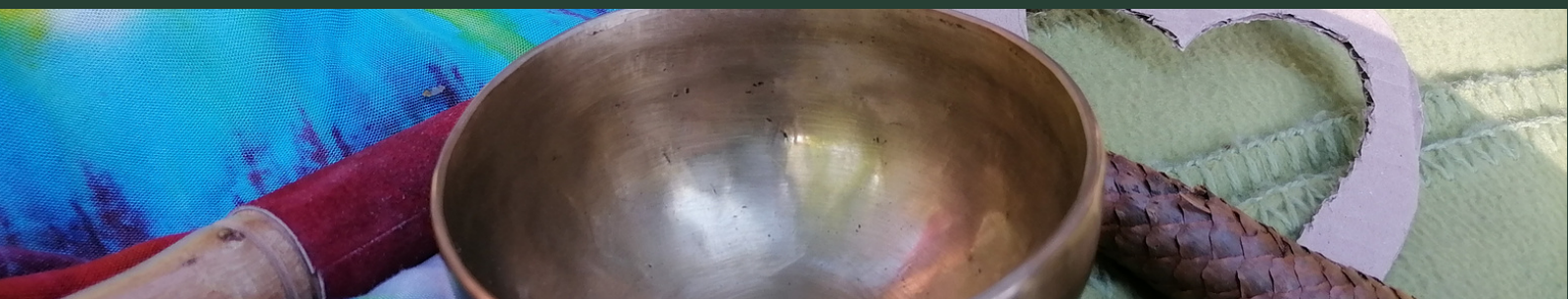


DIE KRAFT DES WALDES FÜR DICH

TERMINE 2024



WALDBADEN AM
PLÖSCHENBERG & SCHIEFLING



ALLE WEITEREN INFOS AUF

WWW.HERZBUNT.AT

VERBINDUNG FÜHLEN - ERINNERE DICH WIEDER!

ENTSPANNEN. IMMUNSYSTEM STÄRKEN. STRESSABBAU FÖRDERN.
KONZENTRATION STEIGERN. SCHLAF VERBESSERN. ATEMPROBLEME
LINDERN. WIRKT POSITIV AUF DAS HERZ UND DIE PSYCHE.
NEUE PERSPEKTIVEN IM LEBEN TUN SICH AUF.

WALDBADEN IST VIELMEHR ALS NUR EIN SPAZIERGANG IM WALD! AUCH
UNTER DEM BEGRIFF SHINRIN YOKU BEKANNT, GEHT ES AUF EINE ÜBER
ZWEITAUSEND JAHRE ALTE ASIATISCHE TRADITION ZURÜCK. BEIM
WALDBADEN TAUCHEN WIR MIT ALLEN SINNEN IN DIE NACHWEISBAR
HEILSAME WIRKUNG DES WALDES EIN. ZIEL- UND ABSICHTSLOS.

MIT ATEM-, ACHTSAMKEITS-, UND SINNESWAHRNEHMUNGSÜBUNGEN,
SOWIE KREATIVEN NATURRITUALEN, BRINGEN WIR KÖRPER, GEIST UND
SEELE WIEDER IN EINKLANG UNS STÄRKEN SO DIE EIGENE RESILIENZ.

NACH EINEM KLEINEN, THEORETISCHEN INPUT GEHEN WIR GEMEINSAM IN
DEN WALD UND DU LERNST ÜBUNGEN DES WALDBADENS KENNEN.

“Mit allen Sinnen in den Wald am Plöschenberg“

JEWELNS MONTAGS

9.00 - ca. 12.00 Uhr

10. Juni

24. Juni

08. Juli

22. Juli

05. August

19. August

02. September

16. September

30. September



Diese Wanderungen sind in
Zusammenarbeit mit der
Wörthersee-Rosental Tourismus
GmbH und für Inhaber der
Wörthersee Plus Card GRATIS!

Anmeldungen bis jeweils einen Tag
vorher um 17.00 Uhr unter
office@herzbunt.at



Waldbaden zur SELBSTFÜRSORGE in der Kräuterlei

WALDBADEN FÜR MICH

[DO] 18. APRIL

[DO] 20. JUNI

[DO] 19. SEPTEMBER

15.00 - 18.00 UHR, 48.-€

WALDBADEN FÜR PAARE

GEMEINSAM ZEIT FÜR LIEBES- ODER
ELTERNPAARE ODER FREUNDE:INNEN

[FR] 17. MAI

[FR] 18. OKTOBER

15.00 - 18.00, 78.-€/PAAR

WALDBADEN FÜR FAMILIEN

[DO] 18. JULI

[MI] 24. JULI

09.00 - 12.00 UHR

1 EW + 1 KIND = 55.-€, ZZGL. 1 KI 10.-€
FAMILY PACKET: 2 EW+2 KI = 80.-€

WEITERE INFOS UND ANMELDUNG:
OFFICE@HERZBUNT.AT
ODER UNTER 0650/527 69 47