

Waldbaden – Kraftquelle im Alltag

Wieder in Beziehung kommen mit dem Wald, sich auf die Natur einlassen, Schönheit im Kleinen erkennen, das Denken ausblenden. Auf unserem Weg nehmen wir uns Zeit zum Beobachten, Lauschen und Riechen. Einfache Körper- und Atemübungen helfen uns zu entschleunigen und die Sinne zu öffnen. Zum Abschluss gibt es noch ein selbstgemachtes, vitales Getränk.

Bitte mitbringen: wetterfeste Kleidung und Schuhe, Sitzunterlage, Getränk
Ort: Parkplatz am Tinninger See, Badeplatz 15, 83083 Riedering

1 Nachmittag

Samstag, 09.05.2021, 14:00 – 17:00 Uhr

Karin Berger

18,00 €