

# Waldbaden

- Achtsamkeit und Stressabbau!

## Anmeldung:

[kontakt@wuerth-petra.de](mailto:kontakt@wuerth-petra.de)  
oder 06393-1243

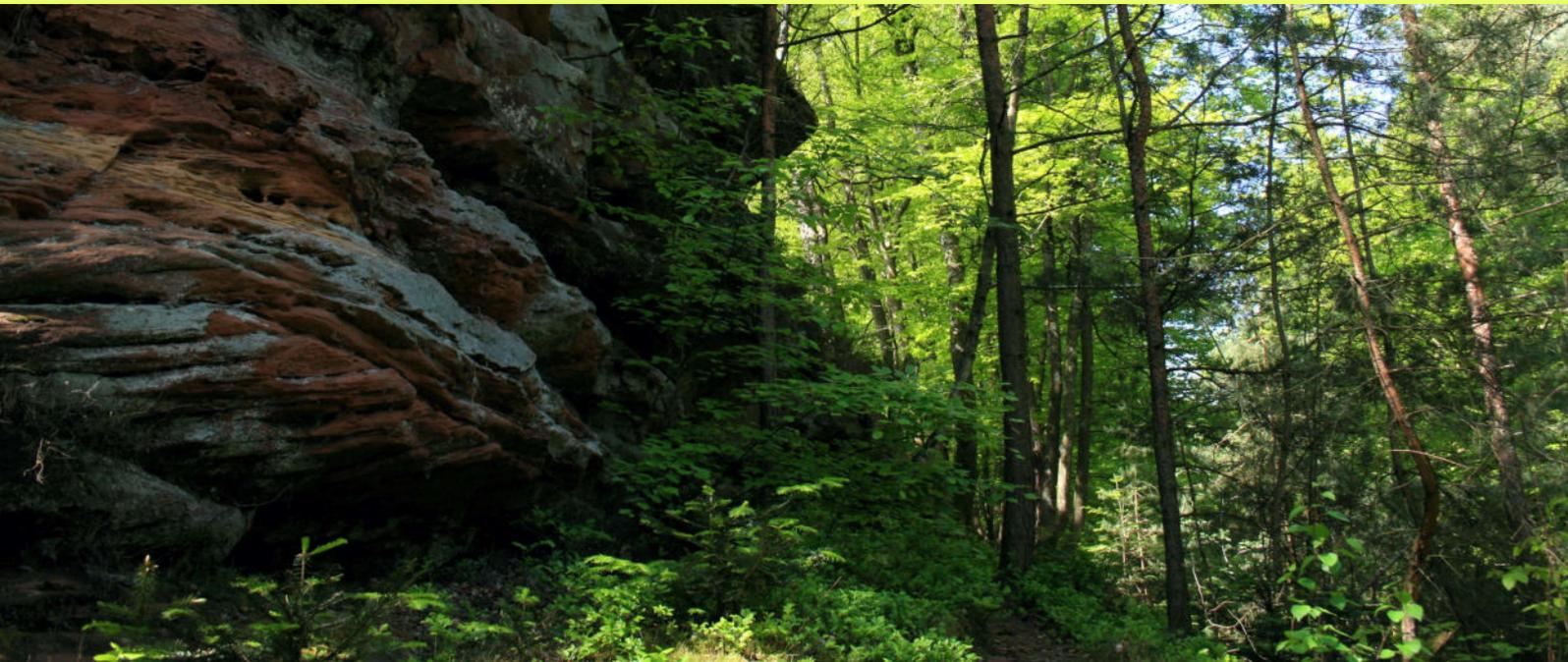
Petra Würth  
Waldbaden Kursleiterin

## Termine:

Mittwoch, 10. Apr. 2024 14.00 Uhr  
Freitag, 03. Mai 2024 17.00 Uhr  
Freitag, 21. Juni 2024 17.00 Uhr  
Mittwoch, 03. Juli 2024 17.00 Uhr  
Mittwoch, 28. Aug. 2024 17.00 Uhr  
Freitag, 06. Sept. 2024 17.00 Uhr  
Mittwoch 09. Okt. 2024 14.00 Uhr

## Treffpunkt:

Parkplatz  
Schuh-Schmitt  
Ludwigswinkel  
Am Sägmühlweiher 2 A



Waldbaden wurde in Japan erfunden und bezeichnet einen bewusst erlebten, entspannenden Aufenthalt im Wald. Der japanische Name "Shinrin Yoku" bedeutet "Baden im Wald", wobei nicht das Baden in einem See gemeint ist, sondern das Baden in der Atmosphäre des Waldes. Ein wichtiger Bestandteil von Shinrin Yoku ist das bewusste Erleben der Natur mit allen Sinnen, bei uns kombiniert mit Entspannungsübungen.

**Teilnahmegebühr 12.00€**  
**mit Gästekarte 10.00€**  
**Dauer ca. 90 Minuten**



PREMIUM  
WANDERREGION



www.LUDWIGSWINKEL.de