



# Me Time Im Wald

... mehr als  
nur ein Waldspaziergang.  
WALDBADEN nennt sich das  
Eintauchen in die Waldatmosphäre.  
Achtsame Übungen in der Natur für  
ein entspanntes NERVENSYSTEM,  
MEHR ENERGIE und  
NATURVERBUNDENHEIT  
Deine 'Me Time' für Körper,  
Geist und Seele.



## TERMINE EICHHOLZ GNARRENBUG:

5. MAI 2024  
11-13.30 UHR

26. MAI 2024  
15-17.30 UHR

KURZE 2 KM STRECKE  
TN ANZAHL BEGRENZT

*Bist du dabei?*



### ANMELDUNG

Telefon | WhatsApp | E-Mail

0151 4030 2470  
info@wald-flow.de

30€ | Person

Der genaue Treffpunkt wird  
nach Anmeldung  
mitgeteilt.



JANINA SCHMIDT | WALDFLOW  
durch\_wald\_ueber\_wiesen