

Waldzeit

13. Juli 2025

im Seewald in Empfingen

Eine Wohltat für Körper, Geist & Seele



www.magic.timeforest.de
info@magic.timeforest.de



Wir laden dich herzlich zum

„Waldbaden“

ein und freuen uns darauf, dich in unserem Wald in Empingen begrüßen zu dürfen.

13. Juli 2025 von 13:00 bis 17:00 Uhr
Teilnahmegebühr: 40 Euro (inkl. Imbiss und Waldtee)

Waldbaden ist der gezielte Aufenthalt von Menschen im Wald zur Verbesserung der Gesundheit oder des Wohlbefindens. Beim Waldbaden lehrt dich der Wald, ihn als Wohlfühlort, als Kraft- und Ruhequelle zu sehen und auch für dich zu nutzen.

Mit Hilfe unterschiedlicher Waldachtsamkeits-Übungen tauchst du Schritt für Schritt in den Wald ein. Eine wichtige Rolle spielen dabei Atem- und Sinnesübungen sowie Meditationstechniken. Mit Hilfe vedischer Feuertechnik reinigen wir uns und die Atmosphäre. Frisch gekochter Waldtee hilft deinem Körper sich zu entschlacken.

Die damit erzielte bewusste Entschleunigung erlaubt es uns, Geräusche deutlicher zu hören, den Duft des Waldbodens wahrzunehmen oder die Schönheit eines einzelnen Baumes zu erkennen und dessen Kraft zu spüren. Je länger wir uns im Wald aufhalten, desto intensiver nehmen wir die Waldumgebung wahr, kommen zur Ruhe und finden zu uns selbst.

Weitere Informationen zum Thema Waldbaden findest du auf unserer Homepage.

Erlebe auch du, was ein Waldbad alles bewirken kann!



Anmeldung: Du kannst dich per E-Mail unter info@magic.timeforest.de oder über das **Kontaktformular** anmelden. Bitte beachte, dass du mit einer Buchung unseren AGB zustimmst. Diese kannst du unserer Homepage entnehmen.