

241L24047

WaldTutGut - Achtsamkeit und Entspannung im Wald

Beginn	Sonntag, 23.06.2024, 10:00 - 13:00 Uhr
Kursgebühr	18,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Sigrun Heußler
Informationen	Bitte mitbringen: wetterangepasste Kleidung ("Zwiebel-Schicht-System"), Sitzunterlage, evtl. Zeckenschutz und ein Getränk. Der Treffpunkt wird einige Tage vor der Wanderung mitgeteilt!
Kursort	, ,

Den Wald einmal von einer ganz anderen Seite kennenlernen: Wir erfahren den Wald in Entschleunigung und Stille und nehmen in angeleiteten kleinen Übungseinheiten achtsam und mit allen Sinnen die positive Energie des Waldes auf. Diese kann Ihnen helfen zu innerer Ruhe und Entspannung zu finden. Voraussetzung: Mobilität auch abseits befestigter Wege.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
23.06.2024	10:00 - 13:00 Uhr	Rauenberg

[Kurs-Details online ansehen](#)

vhs Südliche Bergstraße e.V.
Ringstr. 1
69168 Wiesloch

Telefon: 06222 / 9296-0
E-Mail: info@vhs-sb.de
Internet: www.vhs-sb.de

Impressum: www.vhs-sb.de/impressum
Datenschutz: www.vhs-sb.de/datenschutz
AGB: www.vhs-sb.de/agb