

### **Waldbaden - Shinrin-Yoku für Kinder**

Achtsame Zeit in der Natur verbringen.

Wir bewegen uns in den Wäldern in Klingenmünster. Für alle, die den Wald und die Wege kennen, wird es interessant sein, diese Wege einmal auf eine andere Art und Weise wahrzunehmen und so vielleicht neu kennenzulernen. Es ist einfach ein wunderbares, intensives Erlebnis. Wir werden den Wald mit allen Sinnen einmal neu kennenlernen und mit allen Sinnen erspüren, erfahren.

Wir werden hier das Waldbad kennenlernen und im Austausch mit der Gruppe eine angenehme Zeit verbringen.

Es ist ein sehr schönes Erlebnis, bei dem wir eine Teezeremonie und ein Waldpicknick erleben werden.

#### **Elemente sind:**

In Stille die Atmosphäre erleben- Waldsolo

Im Moment sein, ohne zu bewerten

Alle Sinne aktivieren, die wir haben z.B. sehen, hören, riechen, schmecken, fühlen  
Erspüren von Körper und Umwelt

<b>Teilnehmer:</b>	Kinder von 6 - 12 Jahren
<b>Uhrzeit:</b>	14.30 - 17.30 Uhr
<b>Gebühr:</b>	15 € (inkl. Material und Waldpicknick)
<b>Leitung:</b>	Jasmin Schlimm-Thierjung
<b>Termin:</b>	Di. den 23. April 2019 Mo., den 16. September 2019

