

# SHINRIN YOKU

Heilsames Waldbaden  
im Lieblichen Taubertal





mit den 10 Zutaten eines erholsamen Waldbades

Entschleunigung - Langsamkeit - Schlendern

Innehalten - Pausen

Sinne öffnen - wahrnehmen

Staunen

Achtsamkeit

Meditation

Atmen

Sanfte Bewegungen

Augenentspannung

Solozeit

für JedeFrau und JederMann, Paare, Familien, Freunde,  
Gruppen, Chefs, Mitarbeiter, Urlauber; für Neugierige,  
Waldliebhaber, Naturmenschen, Gestresste

zum Kennenlernen, Entspannen, Erholen sowie zum  
Regenerieren und als Prävention

Abenteuer Waldbaden (2 oder 3 Stunden)

Waldbaden nach der Osflow-Methode (5 Stunden)

meditatives Waldbaden (3 Stunden)

individuelle Angebote

Themen-Waldbäder (4-Jahreszeiten, Sonnenwende,  
Winterwald, zum Sonnenuntergang, für Verliebte...)

...

**Personal Relax Coach**

DIE ZAUBERIN

Anke Tunger | Tel.: 0171 / 4851077

97941 Tauberbischofsheim | Von-Ketteler-Weg 4

info@die-zauberin.com | www.die-zauberin.com