

Waldbaden - Im Flow

Rund um die Liebfrauenbrunnkapelle



Dauer:	3 Stunden
Gruppengröße:	3 - 14 Personen
	Anmeldung erforderlich (bis 1 Tag vor Termin)
Kosten:	30,- € / Person
Strecke:	ca. 1,5 km
Treffpunkt:	10 min vor Start am Parkplatz vor der Liebfrauenbrunnkapelle Werbach

Hallo, ich bin Anke die Zauberin und zeige euch magische Orte rund um Tauberbischofsheim. Im Welzbachtal zwischen Werbach und Werbachhausen steht am Welzbach die Liebfrauenbrunnkapelle. Sie ist ein bekannter Wallfahrtsort. Wir tauchen in den Wald ein und werden magische Momente genießen. Wir nehmen den Wald auf eine besondere Art und Weise mit Augen, Ohren, Nase, Mund und Haut wahr.

Wenn man den Wald vor lauter Bäumen nicht mehr sieht, können fokussierende Übungen helfen, wieder den Überblick zu erlangen, so z.B. beim Gehen - Stehen - Sehen. Wir folgen dem Welzbach, der uns hilft, wieder in den Flow zu kommen. Ein besonderes Highlight am Ende dieses Waldbades wird das kreative Angebot sein. Im Anschluss lädt die Kapelle zum Verweilen, Meditieren und Durchatmen ein. Wer möchte, kann sich Wasser von der Quelle, dem heilende Kräfte nachgesagt werden, abfüllen und mit nach Hause nehmen.

Waldbaden geht immer - außer bei Sturm und Gewitter.

Mitzubringen sind (dem Wetter angepasst):
bequeme lange Kleidung (am besten Zwiebellook)
Kopfbedeckung und feste Schuhe (auch Barefoots),
evtl. Regenkleidung / Wechselsachen
kleine Brotzeit und
genügend zu trinken

Ich bringe Iso-Sitzunterlagen mit.



Personal Relax Coach
DIE ZAUBERIN

Anke Tunger
0171 4851077

www.die-zauberin.com

Teilnahme auf eigene Gefahr und Haftung. Ersetzt keinen Arzt oder Therapeuten.

