

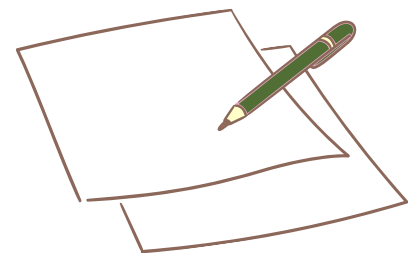


**Durchatmen. Ankommen.
Entfalten.**

Schreiben & Waldbaden

mit Gudrun & Gabi

**Samstag, 17.6.2023 oder
Sonntag, 18.6.2023**



von 11 bis 16 Uhr / Nähe Neulengbach

Keine Schreiberfahrung nötig. Nur Lust auf
Entspannung und Neugier auf dich selbst!

Teilnahmegebühr 60 Euro. Bei trockener Witterung.

Im Wald kannst du so sein, wie du bist, **ohne bewertet** zu werden, **ohne Leistungsdruck** und Zeitwahrnehmung.

Dein Innerstes kann sich **entspannen**, deine **Sinne** werden angeregt, **Kreativität** entfaltet sich, **Wohlbefinden** wird spürbar.

Achtsam kannst du Gedanken und Gefühlen auf die Spur kommen, neue Seiten in dir entdecken.

Treffpunkt Nähe Neulengbach, Wienerwald.

Die genauen Details zum Treffpunkt werden bei Anmeldung bekanntgegeben.

Ca. 3 h Waldbaden / ca. 2 h Schreibzeit.

Bringe bitte mit:

- **bequeme Kleidung**
- **Turnschuhe/Schuhe mit leichtem Profil**
- **kleines Handtuch**
- **Imbiss, Getränk**
- **fester Schreibblock oder Schreibbuch**
- **Schreibstift(e)**



Sitzunterlagen sind vorhanden.

Kontaktiere uns - wir freuen uns auf dich!



Gudrun Böck
Wald-Gesundheitstrainerin
www.waldbaden-wienerwald.at
0670 4071379



Gabriela Fink
Schreibpädagogin/Bloggerin
www.hope-and-shine.at
0664 5934147