

Fortbildung für Waldbade-Begleiter:innen

Shinrin-yoku - das "Baden in der Waldluft" - zählt in Japan längst zur Gesundheitsvorsorge. Auch hierzulande wird viel darüber gesprochen, aber was ist es eigentlich genau? Die Waldschule Bodensee zeigt Ihnen, was es ist und wie es geht.

Entspannung, Entschleunigung, Bewegung im Wald! Waldbaden, wie sieht das praktisch aus, wie wirkt es auf uns Menschen und welche Wälder eignen sich als Waldluftkurort? Kann das Waldbaden ein Teil der Wald-, Kräuter- oder Naturpädagogik werden? Eignet es sich als Geschäftsmodell für den eigenen Wald oder kann es sogar noch mehr: Als Bestandteil der persönlichen Gesundheitsvorsorge und des betrieblichen Gesundheitsmanagements?

Information

Kursdauer:	3 Einheiten
Kursbeitrag:	40,00 € Kursgebühr gefördert (Wohnsitz Vbg.) 67,00 € Kursgebühr ungefordert LE14-20
Fachbereich:	Einkommenskombination, Forst- und Holzwirtschaft
Mitzubringen:	Mitzubringen: Wetterfeste Kleidung und gute Schuhe.

Verfügbare Termine