



## INNERE KRAFT DURCH "WALDBADEN"

ZERTIFIZIERTE KURSLEITERIN ELKE WAGNER

Waldbaden bedeutet Achtsamkeit  
im Wald

Aufnahme der Waldatmosphäre  
und enger Kontakt zur Natur  
Entschleunigung zu finden  
Lebensfreude zu schöpfen  
Energiereserven wieder auffüllen

"Mit dem Wald auf Du und Du"



## "KOMM MIT IN DEN WALD"

Heilkräfte für Körper und Seele  
Achtsamkeit und Sinneswahrnehmung  
Stressabbau und Entspannung  
Erden und Loslassen  
Immunsystem und Gesundheit  
bewusste Atmung  
Einzelstunden, Gruppenstunden und Familienstunden

TERMINE IN DER "NATURLIEBE"  
STADTSTEINACH UND GERNE ÜBER  
EMAIL UND TELEFON

"Naturliebe" Inh.E. Wagner  
Hauptstr. 1, 95346 Stadtsteinach  
Tel. 09225/9569810  
Handy 01575/9366115  
Email [elkewagner256@gmail.com](mailto:elkewagner256@gmail.com)  
Termine werden monatlich bekannt gegeben