Gesundheitspark Trier

Verein für Herzsport und Bewegungstherapie Trier e.V.

Im Kurs "Waldbaden - Schöpfe Kraft aus der Natur" tauchen wir mit allen Sinnen in den Wald ein, entdecken eine neue Qualität der naturverbundenen Achtsamkeit, die uns mehr zu uns selbst und dadurch in die Entspannung führt und kehren so mit neuer Kraft in die Stadt zurück.

- Teilnahme auf eigene Gefahr.
- Der Kurs findet auch bei leichtem Regen statt. Nicht bei Sturm oder Unwetter.
- Alle Informationen werden den Teilnehmenden vorab nochmal per Mail mitgeteilt.