

Wandertouren 2026



MICHAELA DENGLER

Qi Gong- und zertifizierte
Waldgesundheitstrainerin

Klassische Waldgesundheitsführung (Shinrin Yoku) im Reich der mystischen Schalensteine des Husarenbergs

Samstag, 25. April 2026 um 14.00 Uhr

Treffpunkt: Winkling 3, 93167 Falkenstein
(auf dem Weg, der in den Wald führt, links parken)

Mit dem in Japan seit 1982 etablierten und schulmedizinisch anerkannten Gesundheitsprogramm „Shinrin Yoku“ („Baden in der Atmosphäre des Waldes“) die Heilkraft des Waldes mit allen Sinnen in sich aufnehmen, sich in dessen Wohlfühlatmosphäre in Raum und Zeit verlieren. Mit verschiedenen Body-Mind-Verfahren nachweislich Stress reduzieren, das Immunsystem boostern, seelisches Wohlbefinden und körperliche Konstitution steigern.

Länge: ca. 3 km Dauer: 3 – 3,5 Std. Schwierigkeitsgrad: leicht

Teilnehmerzahl : max. 10 Personen

Teilnahmegebühr: 30,00 Euro p. P.

**Anmeldung bei Michaela Dengler
unter der Tel.-Nr. 0151/40374462.**

Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt und startet pünktlich!
(Ausnahme: starker Wind/Sturm)

Wetterfeste Kleidung (Zwiebellook), festes Schuhwerk, evtl. großes
Badetuch, ausreichend Getränke, evtl. Zecken- und Mückenspray!

Anmeldungen sind verbindlich!

**Bei Absage am Tag bzw. 2 Tage vor der Aktion, aus jedweden Gründen,
wird die gesamte Teilnahmegebühr zur Zahlung fällig.**

