



Gemeinde Aitrang
Lindenstraße 30
87648 Aitrang
Tel: +49 (0) 8343-218
Fax: +49 (0) 8343-1308
info@aitrang.bayern.de

Waldbaden - Entschleunigung in der Natur

Mittwoch, 07. Oktober 2026 | 16:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Elbsee: Parkplatz am Biber, erster Parkplatz auf der rechten Seite

Raus aus den Alltagsstiefeln, rein in die Natur – eine persönliche Auszeit! Tauche ein in die heilsame Atmosphäre des Waldes. Beim Waldbaden erlebst du den Wald mit allen Sinnen, kommst zur Ruhe und tankst neue Kraft. Nachweislich hilft der Wald Stress abzubauen, das Nervensystem zu regulieren und das Immunsystem zu stärken. Mit gezielten Übungen zur Entschleunigung bietet diese Auszeit einen Mehrwert für deinen persönlichen Alltag.

Kostenausgleich 25 Euro

Veranstalter:

Grünes Erlebnis - Michaela Berchtold

Telefon: 017653018606

info@grueneserlebnis.de

<http://www.grueneserlebnis.de>

Weitere Informationen: <http://www.grueneserlebnis.de>