

## **Entschleunigung - Achtsamkeit - Entspannung**

# **„Waldbaden“**

**Ein meditativer, kraftschöpfender, inspirierender Spaziergang durch den Fürther Stadtwald.**



Nächster Termin:	<b>Sonntag, 04. November 2018</b>
Uhrzeit:	09:30 - ca. 11:00 Uhr
Veranstaltungsort:	Fürther Stadtwald
Treffpunkt:	Wanderparkplatz am NH Forsthaus, an der Wandertafel Zum Vogelsang 20, Fürth
Mitbringen:	(generell) ein altes Handtuch und ggfs. Getränke
Teiln.-Gebühr	15,-- Euro/Teilnehmer (bitte passend mitbringen - danke!)

**Anmeldung ist erwünscht!**

Wir gehen ca. 3,5 km (ebene und einfache Wegstrecke) durch den Stadtwald, halten immer mal wieder inne und üben uns in Achtsamkeit.

Weitere Informationen unter: [www.gedanken-kompass.de](http://www.gedanken-kompass.de)

Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr und Verantwortung.  
Bitte keine Hunde mitbringen – wir wollen uns ausschließlich auf uns selbst konzentrieren.

Bei Regen findet die Veranstaltung nicht statt - bei unklarer Wetterlage ggfs. am Samstag vorher nachfragen.

Ich freue mich auf Euch!!

*Anette Goebel*