



Moorbad Bad Wimsbach & WALDNESS® im Almtal –

Wald.Schnupper.Programm für Gäste des Moorbades und alle Interessierten, die die heilsame Wirkung des Waldes sinnlich und fachlich fundiert erfahren möchten

Treffpunkt:

9:00 Uhr – Rezeption Optimamed Gesundheitsresort Bad Wimsbach

Dauer des Programms: ca. 9:00 – ca. 11:30 Uhr

Ausstattung: Bequeme wetterfeste Kleidung und rutschfeste Schuhe.

Das Wald.Schnupper.Programm für Erwachsene findet bei jedem Wetter statt.

Anmeldung:

Tourismusverband Traunsee-Almtal
Tourismusbüro Almtal

Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal
Tel.: +43 7616 8268

E-Mail: waldness@traunsee-almтал.at

oder an der Rezeption des Optimamed Gesundheitsresort Bad Wimsbach, Neydharting

4, 4654 Bad Wimsbach-Neydharting

Maximale TN-Zahl pro Programmpunkt: 20 Teilnehmer



Tourismusverband Traunsee-Almtal
Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal
T +43 7616 8268 | F +43 7616 8895
E-Mail: waldness@traunsee-almтал.at

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUNDE, LAND UND EUROPÄISCHER UNION



in Kooperation mit Natur-schöngebiets.at



TRAUNSEE-ALMTAL
salzkammergut



Termine 2020

März

- Sonntag 15. 3. 2020

April

- Sonntag 5. 4. 2020

Mai

- Sonntag, 3. 5. 2020
- Sonntag 17. 5. 2020

Juni

- Sonntag 7. 6. 2020
- Sonntag 28. 6. 2020

Juli

- Sonntag 19. 7. 2020

August

- Sonntag 09. 8. 2020
- Sonntag 30. 8. 2020

September

- Sonntag 20. 9. 2020

Oktober

- Sonntag 11. 10. 2020

November

- Sonntag 1. 11. 2020



Tourismusverband Traunsee-Almtal
Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal
T +43 7616 8268 | F +43 7616 8895
E-Mail: waldness@traunsee-almтал.at

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUNDE, LAND UND EUROPÄISCHER UNION



in Kooperation mit Natur-schöngebiets.at



TRAUNSEE-ALMTAL
salzkammergut



WALDNESS ... was ist das?

WALDNESS ist die aus dem Almtal im Salzkammergut stammende Anwendung von Shinrin-yoku (Waldbaden).

Das Almtal im oberösterreichischen Salzkammergut ist damit die erste WALDNESS.Destination in Europa.

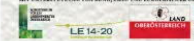
Diese spezielle Form der Walderholung beinhaltet von WALDNESS.Coaches geführte Aktivitäten und Aufenthalte in besonders geeigneten Vegetationszonen. Walderlebnisse, Waldaktivitäten und gezielte Entspannungsübungen lindern Stresssymptome präventiv und heben die innere Balance und Harmonie.

Die Teilnahme am Waldness.Schnuppern ist für Sie kostenlos, aber wertvoll!
Auf Wunsch kann ein Wetterfleck kostenlos ausgeliehen werden.



Tourismusverband Traunsee-Almtal
Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal
T +43 7616 8268 | F +43 7616 8895
E-Mail: waldness@traunsee-almтал.at

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUNDE, LAND UND EUROPÄISCHER UNION



in Kooperation mit Natur-schöngebiets.at



TRAUNSEE-ALMTAL
salzkammergut



Was bedeutet Shinrin-yoku?

Waldbaden (Shinrin-yoku), meistens übersetzt als das Einatmen der gesunden Waldatmosphäre während eines Waldspaziergangs, ist in Japan seit mehr als 20 Jahren Teil eines gesunden Lebensstils. Der Aufenthalt im Wald wirkt auf vielen Ebenen positiv auf unsere Gesundheit: das Immunsystem wird gestärkt, Stresshormone werden abgebaut und die Schlafqualität verbessert sich.

In Kooperation mit dem Optimamed Gesundheitsresort Bad Wimsbach können Sie exklusiv WALDNESS im Naturschutzgebiet im Moorwald um das Moorbad erleben.

Freuen Sie sich auf eine genussvolle Zeit im Wald!



Tourismusverband Traunsee-Almtal
Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal
T +43 7616 8268 | F +43 7616 8895
E-Mail: waldness@traunsee-almтал.at



WALDNESS.Waldbaden

WALDNESS.Meister und WALDNESS.Coaches vermitteln bei diesen besonderen Waldspaziergängen mit Feingefühl und Verantwortung die vielfältigen positiven Auswirkungen von Wald auf uns Menschen.

WALDNESS.Waldbaden lässt Sie forstkundliches Wissen erfahren, Waldtierwelt beobachten und den Moorwald als Naturraum und Naturschutzgebiet kennenlernen. Den Wald mit allen Sinnen erleben, die wohltuende Waldatmosphäre wahrnehmen, ruhig werden, tief entspannen, staunen, horchen.

Den Kopf frei bekommen und genießen – auch das ist Waldness.Waldbaden im Moorwald rund um das Moorbad.



Tourismusverband Traunsee-Almtal
Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal
T +43 7616 8268 | F +43 7616 8895
E-Mail: waldness@traunsee-almтал.at



Die WALDNESS.Coaches begleiten Sie zum Waldbaden in Bad Wimsbach-Neydharting

WALDNESS entführt – begleitet von Profis in der Naturvermittlung, den WALDNESS.Coaches – mit außergewöhnlichen und erlebnisreichen, tief entspannenden Spaziergängen in die Natur und in den Wald – zum Waldbaden und zu uns selbst.

Ihre WALDNESS.Coaches in Bad Wimsbach-Neydharting:
WALDNESS.Meister und Oberförster
Fritz Wolf

www.waldschulealmtal.jimdo.com

WALDNESS.Coach Christine
Gasperlmair

www.abindenwald.at

WALDNESS.Coach Peter Übleis

www.rausindienatur.com



Tourismusverband Traunsee-Almtal
Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal
T +43 7616 8268 | F +43 7616 8895
E-Mail: waldness@traunsee-almтал.at