



WALDBADEN

Retreat – Ganz im Einklang mit der Natur

November 2026



Tauchen Sie ein in die wohltuende Kraft und Stille des Waldes.

Waldbaden schenkt **tiefe Entspannung**, lässt den **Alltagsstress** in den Hintergrund treten und **unterstützt auf natürliche Weise Ihre Gesundheit**. Die **heilsame Atmosphäre** des Waldes kann das **Immunsystem stärken**, sich **positiv auf den Blutdruck** auswirken und Ihnen **neue Energie** sowie ein spürbares Gefühl von **Wohlbefinden** schenken.

Teilnahmegebühr: 50 € pro Person

Termine: 6. & 21. November 2026, 11–14 Uhr, Treffpunkt vor dem Hotel Waxenstein. (3–8 Teilnehme*innen, findet ab 3 Teilnehmern statt.)

**Jetzt anfragen! Ihre ausgebildete Kursleiterin: Magdalena Gainaru,
spa@vitalalpin.de oder +49 (0) 155 10340259**

Hinweise: Das Waldbaden-Retreat findet auch bei leichtem Regen statt. Achten Sie bitte auf bequeme und dem Wetter entsprechende (ggf. wetterfeste) Kleidung, festes Schuhwerk und packen Sie am besten etwas zu trinken ein. Sie werden informiert, sollten sich Änderungen ergeben.