



## **Erlebnistour mit dem Schwarzwald-Guide**

# Waldführung für gestresste Seelen

- von Barbara Dorn -

**Glaube mir, denn ich habe es erfahren, du wirst mehr in den Wäldern finden als in den Büchern; Bäume und Steine werden dich lehren, was du von keinem Lehrmeister hörst.**

Um den Worten des Bernhard von Clairvaux nachzuspüren und um sich eine Auszeit der besonderen Art von Stress und Hektik des Alltags zu gönnen, laden wir Sie ein zu einer

### **Waldführung für gestresste Seelen**

Auf einem Waldspaziergang mit meditativen Elementen wollen wir unserer Sinne und unseres Körpers bewusst werden und danach den Wald mit eigenen und doch neuen Augen sehen.

Das Programm wird nach den Wünschen der Teilnehmer individuell gestaltet.

<b>Führung und Information</b>	Schwarzwald-Guide Barbara Dorn Tel.: 07834/859873
<b>Treffpunkt:</b>	Bushaltestelle am Stadion Wolfach
<b>Dauer:</b>	Ca. 3 Stunden, Rückkehr nach Wolfach Stadtmitte, anschl. Einkehrmöglichkeit
<b>Bitte mitbringen:</b>	<b>Kein Handy</b> Kleines Handtuch Evtl. Sitzunterlage (Isomatte o.ä.)