



## Einladung zum Waldbaden

Mittwoch, 13. April 2022, 17:00 – ca.18:00 Uhr

---

Ihr Lieben,

so schön war das Erlebnis, zum Frühlingsanfang mit so vielen von Euch unseren Kraftplatz im Wäldchen hinter unserem ‚Haus unter der Linde‘ einzuweihen – mit Achtsamkeit, Stille und Tönen...

Dieses Schwingen in – und mit der Natur möchte ich gerne mit Euch weiterführen und intensivieren. Mit dem Gesang der Vögel am frühen Abend spazieren wir zum Kraftplatz, werden langsamer und schulen unsere Sinne, hören auf unsere innere Stimme und lauschen, in welcher Weise der Wald zu uns spricht.

ENTFALTUNG ist mein Impuls für diese Stunde im Wald. Besonders dieses frühlingshafte Streben nach Licht, das zauberhafte Entfalten der Blätter und Blüten, das kaum an Schönheit übertroffen werden kann, möchte ich zum Anlass nehmen, uns für unser eigenes Entfaltungspotential zu öffnen.

Wer mag, bleibt anschließend noch zum gemütlichen Beisammensein im Garten und zu einer Brennnesselsuppe. Als Heilpflanze des Jahres 2022 schenkt sie uns Gesundheit und Wohlergehen.

Ich freue mich auf Euch und unser Wiedersehen im Wald

**Elisabeth**

Kosten: 12,00 €/p. P.  
Personen: 6 – 15  
Ort: 49186 Bad Iburg  
Treffpunkt: Haus unter der Linde, Bielefelder Str. 35  
Mitzubringen: Trittsicheres, festes Schuhwerk, dem Wetter entsprechende Kleidung, ggf. Regenschutz, Mücken-, bzw. Zeckenschutz, etwas zum Trinken, ggf. Sitzunterlage  
Bringt gerne auch eine Kleinigkeit für das gemeinsame Essen mit, sofern ihr nach dem ‚Waldbad‘ noch bleiben wollt – einen Salat, Brot oder einen leckeren Nachtisch.  
Wegstrecke: ca. 500 m; wir nutzen das kleine Waldstück hinter dem Haus; keine Steigungen, leicht unebenes Gelände  
Home: <https://elisabeth-harting.de/termine/>

**Anmeldung: 05403-780337 oder 0176-27419253 oder [kontakt@elisabeth-harting.de](mailto:kontakt@elisabeth-harting.de)**

