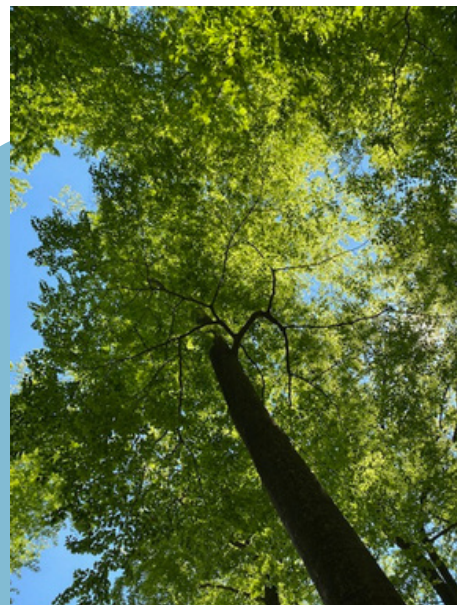


Waldbaden im Heilwald Bad Nauheim

Samstag, den 09.05.2026
10.30 - ca. 14.30 Uhr



Eine Zeit der Ruhe, der Achtsamkeit und der Begegnung mit Gottes Schöpfung. Waldbaden – ursprünglich aus Japan (Shinrin Yoku) – bedeutet, den Wald mit allen Sinnen zu erleben. Zeit, die Atmosphäre des Waldes wahrzunehmen: den Duft der Bäume, das Rascheln der Blätter, dem Brausen des Windes zu lauschen, Pflanzen und Blätter zu fühlen und über ihre Schönheit zu staunen. Kleine, einfache Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen lassen uns zur Ruhe kommen und neue Kraft zu schöpfen.

Wir bieten das Waldbaden aus christlicher Perspektive an: kleine Impulse, Zeiten der Stille, Gebet und Segen laden dazu ein, die Natur, uns selbst und Gottes Nähe zu entdecken.

Der Heilwald Bad Nauheim bietet für das Waldbaden mit verschiedenen Stationen, einem Waldbadezimmer und Hütten zum Ausruhen einen besonders geschützten und wohltuenden Rahmen (Wegstrecke ca. 3,5 km).

Leitung: Simone Boley (Diakonin, zertifizierte Waldbademeisterin, www.caminando-unterwegs.de)
Hiltrud Blau (Burnout und Resilienz-Beraterin, www.frei-durch-atmen.de)

Ort: Heilwald Bad Nauheim, Treffpunkt: Parkplatz Dolce Hotel Elvis-Presley-Platz 1,
61231 Bad Nauheim, Fußweg vom Bahnhof Bad Nauheim ca. 16 Min.

Kosten: € 20,00 Teilnehmenden-Beitrag, bitte Getränke und ein kleines Picknick mitbringen.

Bitte schriftliche Anmeldung per E-Mail unter: simone.boleyn@caminando-unterwegs.de
Anmeldeschluss ist der 03.05.2026.

Treffpunkt zur Anreise per Bahn oder als Fahrgemeinschaft um 9:30 im FRITZ Familienzentrum in der Fritz-Gontermann-Str 4 in Niedernhausen. Bei Regen fällt diese Veranstaltung leider aus!

Weitere Informationen unter
www.fritz-niedernhausen.de

Unsere Förderer



Hessisches Ministerium
für Familie, Senioren, Sport,
Gesundheit und Pflege

