



Walden gehen

Von Mutter Natur liebevoll in die Arme
nehmen lassen



Beim Walden gehen spazieren wir ein Stück in den Wald und verbringen dann dort gemeinsam eine Waldzeit. Du begegnest Mutter Natur und in weiterer Folge dir selbst.

Anhand verschiedener Übungen und mit meiner Unterstützung, tauchst du in die Magie des Waldes ein. Du erlebst den Unterschied zwischen Schnelligkeit und Langsamkeit bewusst, du verwurzelst dich mit Mutter Erde, du belebst deine Wahrnehmung, indem du deine Sinne aktivierst, unterschiedliche Perspektiven liefern neue Perspektiven, das „Begreifen“ bekommt eine andere Bedeutung, du malst dein Waldfarbenkraftbild, wir entschleunigen dein Alltagsstress wird entschleunigt, denn du bist beim Walden gehen ganz im Hier und Jetzt, du atmest die Waldenergie ein, begibst dich auf eine „Innenschau“ und wir genießen die Natur.

Termin: Freitag, 31.05.2019

Uhrzeit: 14 – 17 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Schachenteich zwischen Sipbachzell und Kremsmünster, von dort fahren wir noch ein kurzes Stück zum Ausgangspunkt der Veranstaltung

Kosten: Euro 39. - €, **zahlbar bei der Veranstaltung!**

min./max. Teilnehmeranzahl: bis zu 6 Personen

Bitte mitbringen: bequeme, warme Sitzunterlage, Turnschuhe, Getränk, ausreichend warme Kleidung, Zeichenblock DIN A4 oder DIN A5, Buntstifte in Grün- und Brauntönen, Notizblock, Schreibzeug, Jause

Anmeldung: bis spätestens 3 Tage vor dem Termin

telefonisch von Montag bis Freitag von 9 – 18 Uhr oder per E-mail

Mobil: 0680 / 218 20 86

E-mail: burgstmo@gmail.com

Da wir beim Walden gehen vom Wetter abhängig sind, gibt es am Vorabend eine Benachrichtigung per E-Mail, in der ich bekanntgebe, ob die Veranstaltung auch wirklich stattfindet!

Ich freue mich auf eine gemeinsame Waldzeit!

Monika Burgstaller

Staudenholz 24, 4550 Kremsmünster • Tel.: 0680/218 20 86 • Mail: burgstmo@gmail.com

www.energetik-berge-burgstaller.at