



waldverein  
vorarlberg

## Die Ortsgruppe Egg lädt zum **WALDBADEN** ein!

Ich bin mal kurz im Wald um tief durchzuatmen – kommst du mit?

Einfach mal durchatmen, körperlich und seelisch auftanken, den Wald als Therapieraum wahrnehmen und genießen.

Auf diese Reise möchten wir – die Ortsgruppe Egg – euch alle, Groß und Klein, gerne einladen.

Unsere Referenten Barbara Köss (Yogalehrende) und Florian Punzenberger (Physiotherapeut) werden uns bei einer ca. 2 stündigen Wanderung in die Kunst des Waldbadens einführen.

**Termin:** 3. November 2019 um 13:05 Uhr

**Ort:** Kapelle Ittensberg

(Weiterfahrt mit Postbus zur Schollenmühle)

Von der Schollenmühle wandern wir über das Ellmoos Holz-Bommoos – Gschwend nach Ittensberg zurück.

Bitte öffentliche Verkehrsmittel oder Fahrgemeinschaften nützen.

Bei einem kleinen Umtrunk bei Helmut Meusburger können wir das Erlebte reflektieren und unseren Experten noch im Detail Fragen stellen.

Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt.

Gutes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung ist erforderlich.

Auf euer Kommen freut sich die Ortsgruppe Egg.

Anton Metzler      Tel: 0664 7649880  
Rafael Fetz      Tel: 0664 6255622