

Waldluftbaden: Vierter Schnuppertag am 9. Juli

PREGARTEN, GRÜNBACH. Zu einem Erholungstag unter Bäumen lädt die Tourismusregion Freistadt am Dienstag, 9. Juli, 14 Uhr, nach Pregarten und Grünbach ein. Waldluftbaden wirkt sich positiv auf Organismus, Körper und Seele aus. Das Baden in der frischen Waldluft ist eine tolle Möglichkeit, Stress abzubauen. Durch den vierten Schnuppertag führen die Burnout-Prophylaxe-Trainerin, Kräuterpädagogin und Waldluftbademeisterin Irene Brandstetter in Pregarten sowie die Waldluftbademeisterin Rosemarie Pflügl in Grünbach. „Wald und Wasser bieten die perfekte Möglichkeit, um entspannen zu können“, sagt Pflügl. „Kneippen und erforschen mit allen Sinnen sind die Kernstücke meines Programmes“, sagt Brandstetter. Info: waldluftbaden.at WERBUNG



Irene Brandstetter schöpft Energie aus der Natur. Foto: MVT

4. SCHNUPPERTAG

Dienstag, 9. Juli, 14 Uhr

Treffpunkt Pregarten: Parkplatz gegenüber Bruckmühle

Treffpunkt Grünbach:

Forellenwirt in Mitterbach

Anmeldung: Tourismusverband Mühlviertler Kernland

Telefon: 07942 / 75 700

E-Mail: kernland@oberoesterreich.at


MÜHLVIERTLER WALDLUFTBADEN
SPÜREN. STÄRKEN. BELEBT SEIN.