



Waldluftbaden in Freistadt

Wie man dem Wald mit allen fünf Sinnen begegnet und in der Natur die Lebensenergien aktiviert, reinigt und harmonisiert, lernen Interessierte bei einer Wanderung mit Annemarie Larndorfer und Veronika Peherstorfer. Die beiden Freistädterinnen haben den 80 Unterrichtseinheiten umfassenden Lehrgang zur diplomierten Waldluftbademeisterin erfolgreich abgeschlossen und bieten nun Wand-

erungen zu den Kraftplätzen im wunderschönen Thurytal und am Wasserwanderweg in Freistadt an. Freistadt ist eine von zwölf zertifizierten Mühlviertler Waldluftbade-Gemeinden, die durch einen gemeinsamen Weitwanderweg miteinander verbunden sind. Das „Mühlviertler Waldluftbaden“ basiert auf einer in Europa einzigartigen medizinischen Feldstudie über dessen Auswirkungen auf die Gesundheit. Nähere Infos rund ums Waldluftbaden und alle Waldluftbademeister in der Region findet man unter www.waldluftbaden.at Im Bild: Bgm. Elisabeth Paruta-Teufer (Mitte) mit den Waldluftbademeisterinnen Larndorfer (l.) und Peherstorfer (r.).

Foto: Stadtgemeinde Freistadt