



Gutshof  
Akademie

# Stefan Pruschwitz

hat die Ausbildung zum

## Zertifizierten Waldbademeister

erfolgreich absolviert.

Ausbildungsinhalte:

*Selbsterfahrung (2 Tage):* Waldbaden aus der Sicht der zukünftigen Teilnehmer erfahren / die wohltuende Wirkung des Waldes selbst erfahren

*Waldkunde (1 Tag):* Einführung mit dem Förster / Waldwissen praktisch trainiert / Kreislauf Wald und Symbiose zwischen Mensch und Natur / Intelligenz der Bäume erkennen / Heilkraft sowie Ätherische Öle und Düfte des Waldes

*Körper und Seele (1 Tag):* Einführung in die Identitätsarbeit / Körperwahrnehmung / Waldbade-Praxis: sehen – hören – riechen – schmecken – fühlen / den eigenen Stand einnehmen und neue Achtsamkeit erfahren / allein Zeit im Wald verbringen und Wahrnehmung trainieren

*Kommunikation (1 Tag):* Dialog mit der Natur, dem Schöpfer und mir selbst / eigenen Gefühlen Raum geben / Wärme und Nähe mit anderen erleben / neue Tiefe und Begegnungen erleben / Anwendung von Authentic Relating Games

*Waldbaden trainieren (1 Tag):* Praxis als Waldbademeister / Kurse planen und organisieren / Kunden gewinnen und begleiten / Wissen zum Waldbaden vertiefen / Übungen im Alltag nutzen

Die Ausbildungsdauer umfasste insgesamt 80 Stunden.

Frielendorf, den 27. Juni 2019

  
Seminarleitung

