

Bad Füssing: Natur und Wald als Gesundheitsort neu entdecken - Premiere für die „Outdoor Gesundheits- & ErlebnisTAGE“

Bad Füssing – Am 25. und 26. Juni eröffnet Europas beliebtestes Heilbad Bad Füssing Einheimischen und Gästen die Chance, die positive Kraft der Naturräume - und vor allem des Waldes - für die Gesundheit und das Wohlbefinden zu erleben. An beiden Tagen wird das breite Themenspektrum der Angebote rund um „Outdoor-Gesundheit“ mit Workshops, Vorträgen und im Rahmen von besonderen Mitmachaktionen unter freiem Himmel ins Zentrum gerückt und erlebbar gemacht.

Es ist vielfach bewiesen: Wer in den Wald eintaucht, tut etwas für seine Gesundheit. Draußen sein, die Atmosphäre des Waldes auf sich wirken lassen und der Stille zu lauschen, hat eine beruhigende Wirkung und hilft, schneller zu regenerieren. Ein Wald kann viele positive Wirkungen entfalten: Saubere Luft, ausgeglichene Temperaturen, angenehme Luftfeuchte, Schutz vor UV-Strahlung, sanftes Waldlicht und ein reichhaltiges natürliches Mikrobiom tragen zu einer positiven Gesundheitswirkung bei: Entlastung der Atemwege, Regulierung des Blutdrucks und Senkung der Herzfrequenz, Stärkung der Herz-Kreislauf-Gesundheit, ein besserer Schlaf oder auch ein positiver Effekt auf die Stimmung und die Verbesserung von Konzentration und Kreativität.

Bad Füssing war Teil des vom Bayerischen Heilbäder-Verbandes initiierten Pilotprojekts „Wald und Gesundheit“, das vom Lehrstuhl für Public Health und Versorgungsforschung der Ludwig-Maximilians-Universität München geleitet wurde.

Bad Füssing als Europas Kurort Nummer 1 erschließt mit dem demnächst zertifizierten Kur- und Heilwald eine neue und weitere „Quelle der Gesundheit und des Wohlbefindens“ — mit speziellen Outdoor-Gesundheitsangeboten von der Waldmediation bis hin zu Waldtherapien für Körper, Geist und Seele.

Wirkt und wirkt und wirkt, mit der Kraft der 3 Thermen.

3. Juni 2022

Presse-Information

Im Rahmen der ersten Bad Füssinger „Outdoor Gesundheits- & ErlebnisTAGE“ bietet sich die Möglichkeit, diese neuen Angebote erstmals zu entdecken und zu erleben.

Gesundheit und Genuss in der Natur als Gesamterlebnis für alle Sinne

Bad Füssing hat die vielen positiven Effekte des „natürlichen Heilmittels“ Wald als Grundlage für die Entwicklung einer ganzen Reihe von neuen Therapie- und Gesundheitsangeboten genutzt. Unter fachlicher Anleitung und persönlicher Betreuung von ausgebildeten Therapeuten und Trainern kann der Wald als neuer Therapieraum auf wunderbare Weise Genuss in der Natur und Gesundheit zu einem einzigartigen Gesamterlebnis für alle Sinne verbinden.

„Ich freue mich sehr, dass unser Team im Bad Füssinger Gesundheit ServiceCenter in Kooperation mit der Deutschen Akademie für Waldbaden und Gesundheit ein vielseitiges und attraktives Angebot für Naturgesundheitsfreunde entwickelt hat“, sagt Kur- & Tourismusmanagerin Daniela Leipelt.

So stehen am 25. und 26. Juni die Themen Waldgesundheit und Waldtherapie im Zentrum der Outdoor-Events. „Wir laden Einheimische und Gäste gleichermaßen ein, zwei abwechslungsreiche Outdoor Gesundheits- & ErlebnisTAGE mit umfangreichem Programm zu erleben“, so Daniela Leipelt weiter.

An beiden Tagen geben Workshops, Fachvorträge und praktische Kursangebote unter fachlicher Leitung die Möglichkeit, neue Perspektiven für Entspannung, Prävention, Bewegung, gesunde Ernährung und natürlichen Genuss im Grünen.

Zahlreiche Outdoor-Workshops zum Waldbaden, zur Natur-Resilienz, zur Waldmedizin, zur „Indian Balance Nature“ und zu weiteren Themen bieten praktisches Wissen mit Aha-Erlebnis. Groß ist auch das Spektrum der Outdoor-Mitmachaktionen: Es reicht von der Morgenentspannung mit Qi Gong unter freiem Himmel über Yoga im Park und Jin Shin Jyutsu „Heilströmen“ bis hin zur Veranstaltung „Achtsamkeit im Wald“ mit der zertifizierten Bad Füssinger Waldtherapeutin Franziska Solger-Heinz.

Wirkt und wirkt und wirkt, mit der Kraft der 3 Thermen.

3. Juni 2022

Presse-Information

Spannende Fachvorträge auf der Outdoorbühne ergänzen das Programm, das an beiden Tagen jeweils um 8 Uhr beginnt. So wird unter anderem Jasmin Schlimm-Thierjung, Leiterin und Dozentin der Deutschen Akademie für Waldbaden und Gesundheit, zum Thema „Wald-Im-Puls“ sprechen. Bei „Geomantie und die Kraft der Natur“ haben Besucher die Möglichkeit, mehr über eine alte Kunst zu erfahren, die sich mit dem Einklang von Mensch und Natur beschäftigt. In einer Podiumsdiskussion beschäftigen sich Expertinnen und Experten mit den Fragen „Was ist ein Kur- und Heilwald?“ und „Was zeichnet diesen aus?“

Eine Outdoorküche mit Zutaten aus dem Wald, eine Kräuterbar und „Brotbacken live“ sorgen für eine gesunde Verpflegung. Aussteller präsentieren an ihren Ständen im Kurpark und am Kurplatz zudem nachhaltige Produkte, Öle und viele weitere regionale Spezialitäten. Verschiedene Dienstleister und Anbieter informieren über ihre Angebote in den Bereichen Gesundheitsförderung und Prävention. Ein Ökumenischer Gottesdienst unter freiem Himmel rundet den ersten Tag ab. Ab Sonntag steht zum Abschluss eine meditative Wanderung mit evangelischem Pfarrer Norbert Stapfer auf dem Programm.

Wie Interessierte teilnehmen können

Das Besondere: Im Rahmen der Premiere haben Interessierte die Möglichkeit, die zahlreichen Aktivprogramme im Rahmen einer Tageskarte zum Vorzugspreis von 18 Euro drei Programmpunkte auszuwählen. Bei Interesse können weitere Angebote zum Preis von jeweils 6 Euro dazu gebucht werden.

Weitere Informationen zur Veranstaltung und zur Anmeldung finden Sie unter www.badfuessing.com/outdoor-gesundheitstage.

Die Bad Füssinger Outdoor Gesundheits- & ErlebnisTAGE sind eine Kooperationsveranstaltung des Kur- & GästeService Bad Füssing mit der Deutschen Akademie für Waldbaden und Gesundheit.

Buchungsstelle und Anmeldung für Teilnehmer:

Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit
Kellereistraße 1, 67487 St. Martin
Telefon: (+49) 6341 708 00 60

Kur- & GästeService Bad Füssing
Rathausstraße 8, 94072 Bad Füssing
Telefon: 0 85 31/97 55 80
Telefax: 0 85 31/21 36 7
tourismus@badfuessing.de
www.badfuessing.com

BAD FÜSSING
wirkt und wirkt und wirkt



Wirkt und wirkt und wirkt, mit der Kraft der 3 Thermen.

3. Juni 2022

Presse-Information

E-Mail: info@waldbaden-akademie.com
Handelsregister: HRA 30814
Registergericht: Amtsgericht Landau
Ust-Steuer-Id.-Nr: DE309488478

Veranstaltungsort und Gesamtorganisation:

Kur- & GästeService
Gesundheit ServiceCenter
Rathausstraße 8, 94072 Bad Füssing
Telefon: (+49) 8531 975-511
E-Mail: gesundheit@badfuessing.de



Foto: Kur- & GästeService Bad Füssing

Hinweis für die Redaktion:

Dieses Foto und weitere Presstexte und attraktive Pressebilder aus und über Bad Füssing zum kostenfreien Download und zur honorarfreien Nutzung in Druckqualität im Internet unter: <http://badfuessing.newswork.de>

Kur- & GästeService Bad Füssing
Rathausstraße 8, 94072 Bad Füssing
Telefon: 0 85 31/97 55 80
Telefax: 0 85 31/21 36 7
tourismus@badfuessing.de
www.badfuessing.com

BAD FÜSSING
wirkt und wirkt und wirkt