

Familienurlaub in Hellenthal

Erw. 169,00 € p. Pers.

Kinder ab 89,00 € p. Pers.

Waldbaden

Eintauchen, Entspannen, Erleben!

Aufenthalt **3 Tage**

Kinder **8 - 17 Jahre**

Familien und einzeln reisende Eltern mit Kindern ab 8 Jahre

Eintauchen in beruhigendes Grün, Entspannen bei Bewegung und in Ruhephasen, Erleben durch bewusstes Wahrnehmen von Geräuschen, Gerüchen, Farben und Formen. Die positive Wirkung eines Aufenthaltes im Wald auf Körper und Geist ist beim Waldbaden erklärtes Ziel und kein Zufall. Denn was viele schon immer meinten zu fühlen, ist inzwischen wissenschaftlich erwiesen: Der Wald wirkt! So schwappt ein nicht mehr junger Trend aus Japan, der dort 1982 startete und nun fester Teil der Gesundheitsvorsorge ist, auch in unsere Wälder. Ein zertifizierter Gesundheitswanderführer und Waldpädagoge ist dabei Mittler zwischen Wald und Mensch. Er lenkt die Badenden ohne Taucherbrille zu besonders schönen Stellen, leitet prozessorientiert, widmet sich den Themen Achtsamkeit, Nachhaltigkeit, Stressabbau – unbedingt ergänzt durch gesunde Ernährung in der Theorie und in der Praxis – und hat stets den Transfer in den Alltag der Teilnehmer im Blick. „Shinrin Yoku“: Der Weg durch den Wald ist das Ziel. Dieses Programm kann auf Wunsch für die Bonushefte teilnehmender Krankenkassen bestätigt werden.

Ihre Fragen zu diesem Programm beantwortet gerne unser Service-Center-Team:

Tel.: +49 211 30 26 30 26

E-Mail: service@djh-rheinland.de

Allgemeine Hinweise

Die Reise ist für mobilitätseingeschränkte Personen allgemein nicht geeignet, wir machen es gerne möglich, dass Menschen mit Mobilitätseinschränkungen teilnehmen können, –bitte sprechen Sie uns für weitere Infos an. Sprechen Sie uns auch an, wenn Sie aus dem Ausland anreisen (für Infos zu den Einreisebestimmungen). Die Leistungen werden in der Gruppe erbracht. Die ungefähre Gruppengröße liegt etwa im Mittel zwischen Mindest- und Höchstteilnehmerzahl und ist unterschiedlich.

Reisebeginn: Freitag ab 17 Uhr

Reiseende: Sonntag, ca. 14 Uhr, nach dem Mittagessen

Gruppengröße: 12–20 Teilnehmer

Die Termine für das Jahr 2021 werden im Herbst 2020 bekannt gegeben

Leistungen

• 2 Übernachtungen, jede Familie erhält ein eigenes Mehrbettzimmer, Bettwäsche, Vollpension

- 2 Übernachtungen, jede Familie erhält ein eigenes Mehrbettzimmer, Bettwäsche, Vollpension
- Programmleitung durch zertifizierten Waldpädagogen von TRANSPARENZ während des gesamten Reisezeitraums. Einführung, und erste Aktionen am Freitag, inkl. Thema „Gesunde Ernährung“, Tagestour „Waldbaden“ am Samstag, Halbtagestour mit Schwerpunkt „Achtsamkeit im Alltag“
- Handout mit Infos und Übungen
- Nicht enthalten: An- und Abreise

Termine & Preise

Termine 2020

18.09.2020 - 20.09.2020 (ALL HEL WB2)

2 Ü/VP, Mehrbettzimmer :

8 - 12 Jahre: 89,00 € p. Pers.

ab 13 Jahre: 169,00 € p. Pers.

Teilnehmerzahl

Mindestens 12 Teilnehmer

Höchstens 20 Teilnehmer

Letzte Rücktrittsmöglichkeit des Reiseveranstalters bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl: 31 Tage vor Reisebeginn.

Kontakt

Jugendherberge Hellenthal

Erlebnispädagogik- und Outdoor-Zentrum

Platiß 3

53940 Hellenthal

Tel. [02482 125620](tel:02482125620) Fax [02482 1256210](tel:024821256210) hellenthal@jugendherberge.de

Leitung
Jascha Rasky

Träger
LVB Rheinland

Reiseveranstalter

DJH-Landesverband Rheinland e.V.
Düsseldorfer Str. 1a
40545 Düsseldorf

Tel. [0211 30263026](tel:021130263026)

E-Mail service@djh-rheinland.de



<http://www.jugendherberge.de/jugendherbergen/hellenthal-445/reisen/familien/5258/>