

Presseinformation

23. März 2004

Wohlfühl-Seminare in den NÖ Naturparks

Die Naturparke in Niederösterreich starten ab 8. Mai mit einem neuen Seminarangebot. Auf dem Programm stehen ein- bis zweitägige Wohlfühl-Seminare für Menschen, die Neues über die Natur und über sich selbst erfahren möchten sowie in freier Natur für den Alltag Kraft tanken wollen.

Die Seminare finden in den Naturparks Eichenhain – Klosterneuburg, Föhrenberge – Mödling, Leiser Berge – Ernstbrunn, Blockheide – Eibenstein – Gmünd und Nordwald – Bad Großpertholz statt. Die Teilnahmegebühr beträgt 80 Euro für einen Tag und 150 Euro für zwei Tage.

Zum Auftakt dieser Seminare erklärt ein Naturparkbetreuer die Besonderheiten des Naturparks. Im Naturpark Eichenhain sind das die denkmalgeschützten 120 Jahre alten Eichen, die zum Auftanken und Ausruhen einladen. Im Laufe des Tages finden Gruppenübungen statt. Bei Kurzwanderungen sammeln die Teilnehmer Materialien aus der Natur und bauen daraus ein Schwitzzelt. Übernachtet wird dann im TIPI-Indianerzelt, gegessen unter freiem Himmel. Motto: "Zurück zu mir – Wege zu mehr Achtsamkeit", Termin: 14./15. Mai.

Miteinander Reden steht bei den Gesprächsrunden in den Waldviertler Naturparks Nordwald und Blockheide-Eibenstein im Vordergrund. Auch die Auseinandersetzung in der Gruppe und mit sich selbst spielt eine wichtige Rolle bei den angebotenen eintägigen Seminaren. Motto: "Ich für mich – ein Tag um Kraft zu tanken", Termine: 29. Mai im Naturpark Blockheide – Eibenstein – Gmünd, 5. Juni im Naturpark Nordwald – Bad Großpertholz.

Feng Shui, die Kunst und Wissenschaft vom Leben in Harmonie mit der Umgebung, steht im Naturpark Leiser Berge auf dem Programm. Die Trainerin erklärt alles Wissenswerte über die immer beliebter werdenden asiatischen Prinzipien. Die Teilnehmer sind eingeladen, ihre eigenen Wohnungs- und Hauspläne mitzubringen. Gemeinsam wird dann analysiert, wie man das Chi am besten zum Fließen bringt. Motto: "Mit Feng Shui zu mehr Harmonie im Alltag", Termine: 8. Mai und 26. Juni.

Die Föhrenberge im südlichen Wienerwald mit den Schwarzföhrenwäldern sind besonders sehenswert und als Wanderparadies bekannt. Positives Denken und



Presseinformation

gesunde Ernährung sind Schwerpunkte dieser Seminare. Motto: "Heute ist mein bester Tag – Carpe diem", Termine: 15. Mai und 5. Juni.

Informationen, Prospekte und Reservierung für die einzelnen Kurse: Marianne Strasser, Naturparke Niederösterreich, Telefon 0676/941 23 36, e-mail m.strasser@tplus.at. Weitere Informationen über die Naturparke und aktuelle Veranstaltungen unter www.naturparke.at.