

Bad Windsheim liegt so nah!



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Für Sie sind wir immer erreichbar und stehen Ihnen von Anfang an zur Seite. Ob Informationen oder Beratung, Anfragen und Angebote, Konzeption und Organisation – wir als kompetenter Partner planen und arrangieren nach Ihren Wünschen Ihren Aufenthalt in unserem Heilbad!

Alle Preise verstehen sich laut aktuellem Stand 2020.

Von Meditation bis Waldbaden

MIT KLANGMESSAGEPRAKTIKER
ARMIN NÖGEL



BAD WINDSHEIM
Frankens Quelle der Gesundheit



Tourist-Information Bad Windsheim
Kur-, Kongress- und Touristik GmbH
Marktplatz 1 | 91438 Bad Windsheim
Telefon 098 41- 402 70 | Telefax 098 41- 402 88 10
www.bad-windsheim.de | tourismus@bad-windsheim.de

GESTALTUNG / ad-room.de



BAD WINDSHEIM
Frankens Quelle der Gesundheit

Anmeldung
erforderlich!

„Bewegungsmeditation“

Die Meditation der 4 Himmelsrichtungen ist eine Meditation, bei der die körperliche und mentale Anspannung über sanfte, rhythmische Bewegungen abgebaut wird, um dann nach und nach in einen meditativen Zustand zu kommen. Die Bewegungsmeditation wird im Kurpark an der frischen Luft durchgeführt und soll die Lebensgeister wecken und die Konzentration fördern. Diese Meditation ähnelt Übungen aus dem Yoga oder Tai-Chi.

5 bis max. 20 Personen | ⌚ Dauer ca. 30 Minuten

📅 Jeden Mittwoch ab 11:00 Uhr oder auf Anfrage (März bis Oktober)

📍 Gradierwerk (gegenüber dem Hoteleingang Pyramide)



50,- €

Preis pro
Gruppe
9,- Einzelpreis

Bei ungeeigneten Wetterbedingungen behalten wir uns vor, den Termin abzusagen.

Anmeldung
erforderlich!

„Klangmeditation mit Klangschalen und Gong“

Das Entspannungsangebot mit Klangschalen und Gong ist eine ganzheitliche Methode um Körper, Geist und Seele anzusprechen. Durch die einmalige Wirkung von Klang und Schwingung auf den Körper kann eine Tiefenentspannung und Neuordnung hervorgerufen werden. Der Ton der Klangschalen bringt unsere Seele zum Schwingen, bewirkt eine tiefe Entspannung und trägt zur Gesundheitsförderung bei.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken

5 bis max. 20 Personen | ⌚ Dauer ca. 60 Minuten

📅 Jeden Freitag ab 14:00 Uhr oder auf Anfrage

📍 Foyer der Franken-Therme, Erkenbrechtallee 10



120,- €

Preis pro
Gruppe
15,- Einzelpreis

Anmeldung
erforderlich!

„Waldbaden – Achtsamkeit im Wald“

Es ist ein „Waldbesuch“, bei dem wir mit allen Sinnen – hören, riechen, fühlen, sehen, schmecken – in den Wald „eintauchen“, oder anders formuliert wir kombinieren Achtsamkeitspraxis mit einem Waldbesuch. Waldbaden kann unsere Gesundheit, Nerven-, Hormon- und Immunsystem positiv/präventiv beeinflussen, dies wurde von Dr. Qing Li (Nippon Medical School, Tokyo) wissenschaftlich bewiesen. Wie funktioniert das? Neben Ruhe und Entspannung wirken vor allem die Terpene (organische Substanzen) auf unser Immunsystem. Waldbaden bietet die Möglichkeit, die eigene Kreativität zu wecken, die innere Balance zu finden und vom Alltagsstress abzuschalten.

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Schuhe, Getränk

6 bis max. 12 Personen | ⌚ Dauer ca. 120 Minuten

📅 Jeden Donnerstag ab 14:00 Uhr oder auf Anfrage (März bis Oktober)

📍 Wanderparkplatz Lochbrunnengraben (s. QR-Code)



BVWA e.V.
Bundesverband Waldbaden



90,- €

Preis pro
Gruppe
15,- Einzelpreis

Bei ungeeigneten Wetterbedingungen behalten wir uns vor, den Termin abzusagen.

Anmeldung
erforderlich!

„Geh-Meditation“

Die Geh-Meditation ist eine wirksame, dynamische Meditation im Gehen. Sie verkörpert Weltzugewandtheit, sanfte Aktivität und waches Sein im Augenblick. Sie hilft uns, präsent und in geistiger Ruhe zu gehen. Im Kurpark befindet sich ein keltisches Steinlabyrinth, wo die Geh-Meditation durchgeführt wird. Gerade für Menschen, die Schwierigkeiten mit der klassischen, sitzenden Meditation haben, ist die Geh-Meditation sehr geeignet.

5 bis max. 10 Personen | ⌚ Dauer ca. 30 Minuten

📅 Jeden Mittwoch ab 14:00 Uhr oder auf Anfrage (März bis Oktober)

📍 Gradierwerk (gegenüber dem Hoteleingang Pyramide)



50,- €

Preis pro
Gruppe
9,- Einzelpreis

Bei ungeeigneten Wetterbedingungen behalten wir uns vor, den Termin abzusagen.

Zu allen Angeboten ist eine Anmeldung in der Tourist-Information bis spätestens 12 Uhr des Vortages erforderlich.

Tel. (0 98 41) 402-70

tourismus@bad-windsheim.de