

Alfred Johann Silbergasser

Wildnispädagoge ~ Geschichtenerzähler ~ Out- und Indoorprojekte ~ Meditationen ~
Kraftortwanderungen ~ Survivaltraining ~ u.v.m.

„Welt aus – Wald an“



Gönn´ dir eine Auszeit

Handyfreie Wanderung mit Entspannung in der Hängematte

Frei von Handy, Smartphone und Tablet geht diese Wanderung in Alfred´s Wald. Dort erwartet dich Natur pur und dein individueller Platz zum Ruhe finden. Genieße einige Stunden Natur in der Hängematte zwischen den Bäumen mit Übungen zum Entspannen.

**Anforderung: Wanderschuhe, Wanderbekleidung, Sonnenschutz, ein wenig Kondition, Getränk und Jause.
Wetterbedingte Änderungen vorbehalten!**

Der Transfer zum Ausgangspunkt findet mit dem Hotelbus statt.

Schwierigkeitsgrad: mittel

Gehzeit: Aufwärts ca. 1 Std. / Abwärts ca. 45 Min.

Länge (gesamt): ca. 3-4 km

Zeit: 10.00 – 16.00 Uhr

Treffpunkt: Hotelrezeption „Das Alpenhaus Gasteinertal“ Bad Hofgastein

Anmeldung: Spätestens am Vortag bis 18.00 Uhr bei der Hotelrezeption oder bei mir.

Preis / Pers.: Hotelgäste: kostenlos Externe Personen: € 10,-

© by Alfred Johann Silbergasser, 2018

Schüttaustr. 2
A-5632 Dorfgastein

Handy: +43/(0)664/7386 3933
Tel.: +43/(0)6433/7087

e-mail: info@naturmensch.at
www.naturmensch.at