

 Beauty und Wellness

Waldbaden – Seminarleiterschein

Viele Stunden im Wald spazieren oder sitzen statt im Akkord hindurch zu joggen? Die Stirn an einen Baum lehnen, das Schwanken der Wurzeln bei Wind spüren? Ein Ahorn, der „süß“ regnet? Ein Käfer, der sich einen Weg durch Grashalme bahnt?

Einmal ganz und gar entschleunigt und in der Biophilie sein – der Liebe zu allem Lebendigen – das ist Waldbaden. Der Begriff kommt aus Japan, doch gibt es hierzulande eine ebenso tiefwurzelnde Verbindung zum „Heilenden Wald“.

Studien weisen nach, wie sich medizinische Parameter (z. B. bei Schlafstörungen, Allergien, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronischen Lungenerkrankungen, Demenz) verbessern. Wald-Therapie ist angesagt bei Trauma und Ängsten von Kindern und Erwachsenen. Für jeden spürbar ist das Absinken der Stresshormone und die stärkende Wirkung der terpenhaltigen Waldluft. Der stundenlange Aufenthalt in ursprünglicher Natur hat eine positive Wirkung auf Körper, Seele und Geist, die sich mit Worten wie gelungener Erdung, ruhiger Zufriedenheit, freier Wildheit beschreiben lässt. Drei Tage hintereinander gehören zum Konzept und ermöglichen die körperliche Erfahrung von Tiefenentspannung.

Sie erhalten theoretisches Wissen über unseren „Heilwald“ und praktizieren in Übungen Achtsamkeit, Wahrnehmung und absichtsloses Sein. Dieses Seminar ermöglicht sowohl Erholung und Selbsterfahrung als auch die Befähigung, selbst Waldbaden-Gruppen anzuleiten.

Die körperliche Befähigung sowie wetterfeste Ausstattung für den längeren Aufenthalt im Freien sind notwendig.

Termine

Mo, 10.05.2027
09:00–14:00 Uhr

Di, 11.05.2027
09:00–14:00 Uhr

[und 2 mehr](#)

Preis

410,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Passau
Bahnhofstr. 17, 3. Stock
94032 Passau
Tel. 0851-7 39 61

Seminarnummer

SSH83100527

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 13.06.2026

Dozentin

Virginie Aileen Schneider-Gröpel

Sie ist staatlich anerkannte Ergotherapeutin und hat einen Masterabschluss in Psychologie mit Schwerpunkt Beratungspsychologie. Bereits während ihrer Ausbildung begann sie ihr Psychologiestudium und legte damit früh den Grundstein für ihre ganzheitliche Arbeitsweise.

Im Fokus ihrer Tätigkeit stehen achtsamkeitsbasierte Methoden zur Stressbewältigung und Förderung des seelischen Gleichgewichts. Sie absolvierte zahlreiche Weiterbildungen im Bereich Meditation, ist zertifizierte Kursleiterin für Waldbaden sowie ausgebildete Yogalehrerin (200 Stunden).

Ihre praktische Erfahrung sammelte sie unter anderem im Klinikum Passau, wo sie Patienten mit ergotherapeutischen Einheiten