

---

## Webinar: Wintererlebnis Wald - Fortbildung mit Karin Greiner!

Dem Rauschen lauschen, Schneegeflüster hören, in weißer Schönheit baden, ganz cool Kraft tanken

Baumarten im unbelaubten Zustand erkennen

Wunderwerk Knospen

Wärmende Impulse: Schneelaufen, Sich-Warm-Denken

Leib- und Seelenwärmer: Heiße Getränke, Süppchen, Gewürzkekse und andere Einheizer, Tipps zum Aufwärmen von kalten Händen und Füßen

Wärmespender selbst gemacht: Körperwärmflasche zum Umschnallen, Taschenwärmer, wärmendes Massageöl, Kälteschutzcreme

Karin Greiner weiß, wie man sich die Natur zu Nutze machen kann!

---

### Information

**Kursdauer:** 2,4 Einheiten

**Kursbeitrag:** 33,00 €

**Fachbereich:** Persönlichkeit & Kreativität, Gesundheit und Ernährung

**Mitzubringen:** Sie benötigen für die Teilnahme: Computer, Laptop oder Tablet, Breitbandinternet, Headset oder Kopfhörer und Mikrofon, wenn möglich Webcam

### Verfügbare Termine