

Verantwortung



Wir möchten, dass es Ihnen gut geht.
Wir möchten, dass es dem Wald gut geht.

Nach Deckung unserer Kosten fließen deshalb alle Einnahmen
in die Waldförderung und in soziale Projekte.



Bärbel Rohloff

Eva Wagner

Information



Buchungsoptionen:

Touren, Kurse, Programme, individuelle Bausteine
Alle Kurse & Programme können individuell oder im Rahmen
des BGM gebucht werden.

Buchen Sie wahlweise:

- Die individuelle Teilnahme Ihrer Mitarbeitenden
an unseren Touren oder Kursen.
- Feste Kontingente für einzelne Mitarbeitende
oder für ganze Gruppen.
- Ihr individuelles Teamentwicklungs-Programm aus
Coaching, Kursen, Impulsvorträgen und Intensivseminaren
- Ihre individuellen Events & Specials.

Das erwartet Sie:

- Leichte, weitgehend flache Strecken
- Einfache Atemübungen
- Verschiedene „Forschungsstationen“
- Dauer: 1.5, 3 oder 5 Stunden



EXPEDITION atmen

IM WALD VOM WALD LERNEN

IHRE TOURGUIDES: IM WALD ZUHAUSE

Bärbel Rohloff

Geografie & Kartografie

- Ökosystem Wald
- Waldtherapie
- Regionalkultur

☎ 0176 2222 3792

Eva Wagner

Coaching & Outdoor Training

- Gesundes Atmen
- Stressbewältigung
- Mental Health

☎ 0176 7210 1736

INFORMATION | KONTAKT | BUCHUNG

Sie finden uns auch hier:



Bärbel Rohloff ☎ 0176 2222 3792

Eva Wagner ☎ 0176 7210 1736

info@atemwege-rhein-neckar.de

www.atemwege-rhein-neckar.de



REGENERATION | PRÄVENTION | INSPIRATION

- Gesundheitsförderung
- Team & Unternehmensentwicklung
- Events & Specials

www.atemwege-rhein-neckar.de



Faszination

ERLEBNISTOUREN & SPECIALS



Sie planen für Ihr Team, Ihren Verein, als Schule oder Chor einen unbeschwernten, spannenden und lehrreichen Tag draußen in der Natur?



LagerfeuerTour „On Fire“

— Erforschen Sie die verschiedenen Etagen des Waldes und tauschen Sie sich am Lagerfeuer bei geblästem Odenwälder Saiblings und Forellen mit uns aus!

— Stimmen Sie auf Ihrer AtemTour Nase und Geschmacksknospen auf die anschließende Weinprobe ein.



WeinTour „Sensation“

— Gerne gehen wir auf Ihre Wünsche ein und organisieren Ihr ganz individuelles Waldpicknick mit vielfältigen regionalen Spezialitäten. Nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf: 0176 7210 1736

info@atemwege-rhein-neckar.de

Eine Übersicht über unsere aktuellen Kurse und Angebote finden Sie hier: 

Inspiration

TEAMBUILDING & UNTERNEHMENSENTWICKLUNG



Zukunftswald – Zukunftsteam:
Das „Team-Ökogramm“

Lernen am Vorbild Natur. Zahlreiche Experten entschlüsseln das komplexe Ökosystem Wald und bauen auf die enormen regenerativen Kräfte und die oft erstaunlichen Entwicklungsstrategien, die der Wald selbst hervorbringt. Wir übertragen diese Vorgehensweise auf Team-Entwicklungs-Prozesse.

Mit dem „Team-Ökogramm“ aktivieren Sie die natürlichen Ressourcen Ihres Teams. Sie nutzen die effektiven (und oft verdeckten) inneren Strukturen um Informationen, Beziehungen und Kommunikation in Flow zu bringen.

„life-in-action-Erfahrung“. Mit Ihren spezifischen Fragestellungen tauchen wir gezielt in das „Team“ Wald ein. Darauf abgestimmte Atemübungen helfen Ihnen beim Fokussieren, Klären, Gemeinschaft (er-)leben. Ihre persönlichen Erkenntnisse und Erfahrungen aus dem Wald fließen dann in Konzepte, Strategien und Produktideen ein, um ihr Team und Unternehmen auf gesunde Weise weiter zu entwickeln:

- Kooperation und Anpassung statt zerstörerische Konkurrenz.
- Tragfähige Lösungen, weil Bedürfnisse und Beziehungen geachtet werden.
- Nachhaltige Entwicklung – weil sie aus dem Innern des Teams kommt.

WWW.ATEMWEGE-RHEIN-NECKAR.DE/ANGEBOTE

BGM Betriebliches Gesundheits-Management

GESUNDE RAHMENBEDINGUNGEN SCHAFFEN



LongCovid – Stressbewältigung –
Burnout – Mental Health

Unterstützen Sie Ihre Mitarbeitenden von LongCovid zu genesen. Setzen Sie ein Zeichen für mentale Entspannung. Ein Plus für die Gesundheit und das Naturbewusstsein Ihrer Mitarbeitenden. Ein deutliches Ausrufezeichen für Work-Life-Balance !! und Mental Health. Denn ein dauerhaft stressintensives Umfeld führt oft zu hohen körperlichen und psychischen Belastungen, die zu ernstesten gesundheitlichen Problemen heranwachsen können.

Ihre Mitarbeitenden profitieren besonders von **EXPEDITIONatmen** als Baustein Ihrer betrieblichen Gesundheitsfürsorge, denn die gezielten Übungen und Sinneserfahrungen beim WaldAtmen in sauerstoffreicher und schadstoffarmer Luft der Wälder tragen wirksam dazu bei:

- Akute Herausforderungen körperlich, mental und emotional zu meistern, zu verarbeiten und abzuschließen.
- Für die Dauer der gesamten Lebensarbeitszeit gesund zu bleiben.
- Sinn in der eigenen Arbeit zu sehen und sich selbst als wirksam zu erleben.



Mehr als ein Wegweiser