

REGENERATION

(v. lat. Regeneratio - neuentstehung)

STÄDTISCHES WALDBADEN | Der Vorteil des Waldbadens ist, dass es von jedem ausgeübt werden kann, da man dafür weder zahlt noch besonders fit oder sportlich sein muss.

Erholung ist nicht im Dienste der Arbeitsfähigkeit, sondern ein Grundbedürfnis, welches in unserer heutigen Gesellschaft oft missachtet wird.

