Zertifikatslehrgang „Waldbaden" - Die Kraft des Waldes

Wald tut gut - und Untersuchungen belegen es - ein Aufenthalt im Wald sorgt nachweislich für Stressabbau, stärkt die Abwehrkräfte und verhilft zu mehr innerer Widerstandskraft.
Im September 2026 startet wieder ein Zertifikatslehrgang Waldbaden in Tirol. Der Lehrgang bietet Grundkenntnisse in Waldökologie, Wald und Gesundheit und in der Vermittlungsmethodik, um als Waldbadebegleiter:in für Interessierte Programme im Wald anzubieten.

„Eintauchen in den Wald, sich umspülen lassen von der Atmosphäre des Waldes, Sorgen und Unerledigtes einfach ablegen, Gefühle und Gedanken einmal treiben lassen - neue Kraft tanken."

Begeistert, wohltuend, interessant, überraschend und lehrreich - Waldbaden ist ein Begriff, bei dem viel Fantasie gefragt ist, was das denn nun Seltsames sein könnte. Gar nicht seltsam und sehr wohl wissenschaftlich fundiert, wird der Wohltat des Waldbadens in Theorie und Praxis auf den Grund gegangen. Für die Abschlusspräsentationen arbeiten die Teilnehmenden eine Waldbadeführung mit Interessierten aus und können ihre Erfahrungen und Gelerntes auf die Probe stellen.

Termine

Start des Zertifikatslehrgangs: **Freitag, 18. September 2026**
Ende des Zertifikatslehrangs: **Freitag, 4. Juni 2027**

Dauer: 104 Unterrichtseinheiten (UE) in 13 Kurstagen inkl. Abschlusstag
Der Lehrgang ist außerdem mit 8,5 ECTS (wba) akkreditiert.

Unverbindliche Online-Veranstaltung: **Donnerstag, 11. Juni 2026, 18:30 Uhr**