Ablaufplan

Kursleiter*in für Waldbaden - Achtsamkeit in der Natur
Klassik intensiv

deutsche akademie für waldbaden & gesundheit
www.waldbaden-akademie.com

Mitteilung für den Arbeitgeber

Die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit veranstaltet das Seminar
Kursleiter*in für Waldbaden - Achtsamkeit in der Natur - Klassik intensiv

Ich: _____

Wohnhaft in: _____

nehme für diese Ausbildung Bildungsurlaub in Anspruch

Die Unterlagen zu der Bildungsveranstaltung (Inhalt mit Zielgruppe, Lernziele, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie im anhängenden Flyer.

In folgenden Bundesländern ist das Seminar als Bildungsurlaub anerkannt

- Berlin (AZ: II A73-128971, bis 21.04.2027; AZ: II A75-136880, bis 12.04.2030)
- Brandenburg (6 Tage AZ: 45.16-64159, bis 05.02.2027; 5 Tage AZ: 45.16-64158, bis 27.11.2026)
- Bremen (AZ: 23-17 2025/156, bis 09.03.2027)
- Hamburg (AZ: HI 43-3/406-07.5, 62907, bis 15.07.2027)
- Hessen (AZ: III7-55n-4145-1436-26-1000 ab 20.04.26 bis 19.04.2028; Ausbildungen im Ausland – AZ: III7-55n-4145-1436-24-1199, bis 01.06.2026)
- Niedersachsen (AZ: B23-116352-26 bis 31.12.2025; 5 Tage AZ: B26-135542-13, bis 31.12.2028; 6 Tage AZ: B26-135540-72, bis 31.12.2028)
- Rheinland-Pfalz (5 Tage und 6 Tage AZ: 7774/2570/25, bis 20.08.2027)
- Saarland (unbefristet anerkannt lt. § 6 Abs. 7 Satz 1 SBFG)
- Sachsen-Anhalt (AZ: 207-53502-2026-368 von 11.05.2026 – 11.05.2028
  AZ: (6 Tage) 207-53502-2026-494 von 21.07.2026 – 21.07.2028)
- Schleswig-Holstein (AZ: nur Deutschland WBG/B/35730, bis 31.08.2027)
- Thüringen (AZ: 23-0342-2464, unbefristet)

In **Baden-Württemberg** ist die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit als Bildungseinrichtung nach § 10 Abs.3 BzG BW (AZ: 12c13-6002-61) anerkannt.

In **Nordrhein-Westfalen** ist die Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit nach § 10 AWbG (AZ: 48.06.01-328) als Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung anerkannt. Die Anerkennung bezieht sich ausschließlich auf Veranstaltungen die weniger als 500 km von Nordrhein-Westfalen entfernt stattfinden.

In allen weiteren Bundesländern ist das Seminar noch im Antragsverfahren.
Ausnahmen sind Bayern und Sachsen dort ist Bildungsurlaub nicht möglich.

Deutsche Akademie für
Waldbaden und Gesundheit
Kellereistraße 1
67487 St. Martin
Tel. 06341 - 70 800 50
info@waldbaden-akademie.com
www.waldbaden-akademie.com

_____ _____

Ablaufplan

Kursleiter*in für Waldbaden - Achtsamkeit in der Natur
Klassik intensiv

deutsche akademie für waldbaden & gesundheit
www.waldbaden-akademie.com

Stempel & Unterschrift DAWG

Unterschrift Teilnehmer*in

*Kursleiter*in für Waldbaden*

Die Ausbildung zur Kursleiter*in für Waldbaden ist ein berufsbegleitender Zertifikatskurs **für Berufstätige in der Gesundheitsförderung, - prävention und Rehabilitation**. Die Teilnehmenden lernen, Kurse und Angebote für ihre Klienten und Patienten im und mit dem Wald zu planen und durchzuführen. Kursleiter*innen für Waldbaden nutzen die Vorteile des Achtsamkeitstrainings in der Natur in ihrem beruflichen Umfeld und kombinieren diese mit den Methoden ihrer jeweiligen Fachdisziplin und Methoden der allgemeinen Gesundheitsförderung, um ihre Klienten oder Patienten in der Stressbewältigung und Stressprävention zu unterstützen. Dabei nutzen sie die wissenschaftlichen Erkenntnisse der Waldmedizin. Die Teilnehmenden erhalten ein Kurskonzept, welches von den Krankenkassen nach §20 SGB V als Präventionskurs anerkannt ist.

Theorie und Praxis finden wetterabhängig zu 50 bis 80 Prozent Outdoor statt. 1 UE = 45 Minuten. Zuzüglich Wegezeiten in der Natur. Änderungen und Verschiebungen sind möglich.

Zeitablauf	Inhalte und Instruktionen	UE
	Tag 1	
09:00 - 12:15	Begrüßung, Kennenlernen Kursleiter und Kursteilnehmer	4
13:30 - 16:45	Waldbaden - Praxis	4
	Entstehung des Waldbadens in Japan - Vortrag	
	Deutsche Einflüsse auf das japanische Waldbaden, Entstehung von Heilwäldern und Zertifizierung in Deutschland - Vortrag	
	Tag 2	
09:00 - 12:15	Stress verstehen (allgemein) - Wie er entsteht und seine Auswirkungen auf das vegetative Nervensystem - Theorie	4
	Stress verstehen (individuell) - Vortrag	
13:30 - 16:45	Waldbaden - Praxis	4
	Aufbau einer Kurseinheit, Die 10 Zutaten des Waldbadens - Austauschformat	
	Kompetenzen eines Kursleiters - Lernformat	
	Tag 3	
09:00 - 12:15	Abgrenzungen einzelner Natur-Angebote - Vortrag	4
	Durchführung der Anleitung einer Übung für die Gruppe - Lern- und Austauschformat	
13:30 - 16:45	Kulturantropologischer Hintergrund und Forschungsergebnisse zur Beziehung Mensch und Natur - Vortrag	4
	Die inneren Wurzeln des Waldbadens - Arbeitsimpuls	
	Gestaltung von Waldbadeeinheiten - Vortrag	
19:00 - 20:30	Filmpräsentation - "Die Sprache der Bäume"	2

Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit
Kellereistraße 1 • 67487 St. Martin • Tel.: 06323 80 898-30 • Fax.: 06323 80 898-59
www.waldbaden-akademie.com • info@waldbaden-akademie.com

Ablaufplan

Kursleiter*in für Waldbaden - Achtsamkeit in der Natur
Klassik intensiv

Tag 4		
09:00 - 12:15	ZPP - Kurszertifizierung auf Basis des zertifizierten Anwender-Konzeptes der DAWG - Vortrag	4
	Informationen zur Prüfung und zur Projektfacharbeit - Vortrag	
	Waldbaden - Praxis	
13:30 - 16:45	Kommunikationssysteme des Waldes - Vortrag	4
	Waldsicherheit, Outdoor Erste Hilfe - Dialogischer Vortrag	
Tag 5		
09:00 - 12:15	Auswirkungen der Naturverbindung aus psychologischer Sicht - Dynamischer Vortrag	4
	Waldbaden - Praxis	
13:30 - 16:45	Verantwortung eines Kursleiters - Gesprächsvortrag	4
	Erstellung einer eigenen Kurseinheit - Individualphase	
Tag 6		
09:00 - 12:15	Farbenlehre des Waldbadens - Praxis	4
	Lehrproben der Teilnehmer	
13:30 - 16:45	Lehrproben der Teilnehmer	4
	Abschluss und Ausblick	
Gesamt		**50**

Stundenplan für Ausbildungen 5 Tage - Verschiebung von Einheiten

Zeitablauf	**Inhalte und Instruktionen**	UE
Tag 1		
09:00 - 12:15	Begrüßung, Kennenlernen Kursleiter und Kursteilnehmer	4
13:30 - 18:30	Waldbaden - Praxis	6
	Entstehung des Waldbadens in Japan - Vortrag	
	Deutsche Einflüsse auf das japanische Waldbaden, Entstehung von Heilwäldern und Zertifizierung in Deutschland - Vortrag	
	Stress verstehen (allgemein) - Wie er entsteht und seine Auswirkungen auf das vegetative Nervensystem - Theorie	
Tag 2		
09:00 - 12:15	Stress verstehen (individuell) - Vortrag	4
	Waldbaden - Praxis	
13:30 - 18:30	Aufbau einer Kurseinheit, Die 10 Zutaten des Waldbadens - Austauschformat	6

Ablaufplan

Kursleiter*in für Waldbaden - Achtsamkeit in der Natur
Klassik intensiv

	Kompetenzen eines Kursleiters - Lernformat	
	Abgrenzungen einzelner Natur-Angebote - Vortrag	
	Durchführung der Anleitung einer Übung für die Gruppe - Lern- und Austauschformat	
Tag 3		
09:00 - 12:15	Kulturantropologischer Hintergrund und Forschungsergebnisse zur Beziehung Mensch und Natur - Vortrag	4
	Die inneren Wurzeln des Waldbadens - Arbeitsimpuls	
	Gestaltung von Waldbadeeinheiten - Vortrag	
13:30 - 18:30	ZPP - Kurszertifizierung auf Basis des zertifizierten Anwender-Konzeptes der DAWG - Vortrag	6
	Informationen zur Prüfung und zur Projektfacharbeit - Vortrag	
	Waldbaden - Praxis	
	Kommunikationssysteme des Waldes - Vortrag	
19:00 - 20:30	Filmpräsentation - "Die Sprache der Bäume"	2
Tag 4		
09:00 - 12:15	Waldbaden - Praxis	4
	Waldsicherheit, Outdoor Erste Hilfe - Dialogischer Vortrag	
13:30 - 18:30	Auswirkungen der Naturverbindung aus psychologischer Sicht - Dynamischer Vortrag	6
	Verantwortung eines Kursleiters - Gesprächsvortrag	
	Erstellung einer eigenen Kurseinheit - Individualphase	
Tag 5		
09:00 - 12:15	Farbenlehre des Waldbadens - Praxis	4
	Lehrproben der Teilnehmer	
13:00 - 16:15	Lehrproben der Teilnehmer	4
	Abschluss und Ausblick	
Gesamt		**50**

Deutsche Akademie für Waldbaden und Gesundheit
Kellereistraße 1 • 67487 St. Martin • Tel.: 06323 80 898-30 • Fax.: 06323 80 898-59
www.waldbaden-akademie.com • info@waldbaden-akademie.com