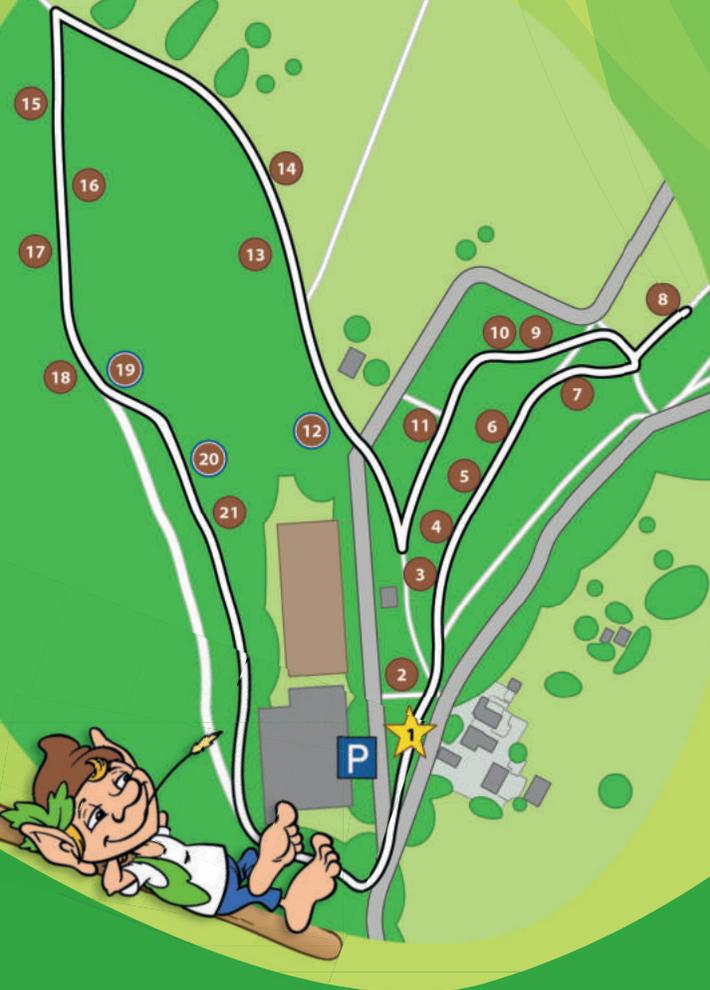




KUR- UND HEILWALD  
LAHNSTEIN

für Kinder



## Kinderheilwald am Aspich

Am Tennispark 1, 56112 Lahnstein

- |                       |                       |                     |
|-----------------------|-----------------------|---------------------|
| ★ Willkommensbereich  | 8 Liegen in der Wiese | 15 Krokodil-Balance |
| 2 Durchlaufelemente   | 9 Kreativbereich      | 16 Wald-Labyrinth   |
| 3 Zielwerfen          | 10 Waldklassenzimmer  | 17 Atemübung        |
| 4 Pendelschaukel      | 11 Mega-Wippe         | 18 Ast-Mikado       |
| 5 Schlangen-Balance   | 12 Bogenschießen      | 19 Spiegelgang      |
| 6 Holzstelzen         | 13 Kletterspaß        | 20 Kletterbäume     |
| 7 Berg- und Taltreppe | 14 Rennstrecke        | 21 Balancierscheibe |

1 Für diese Stationen braucht ihr einen Trainer.  
Informationen findet ihr auf der Internetseite:  
[www.kurundheilwaldlahnstein.de](http://www.kurundheilwaldlahnstein.de)

Stadt Lahnstein | Kirchstraße 1 | 56112 Lahnstein  
Tel: 02621 914-174, [touristinformation@lahnstein.de](mailto:touristinformation@lahnstein.de)

Weitere Informationen auf der Webseite  
[www.kurundheilwaldlahnstein.de](http://www.kurundheilwaldlahnstein.de)

[kurundheilwaldlahnstein.de](http://kurundheilwaldlahnstein.de)

 **Lahnstein**

# Der Kinderheilwald im Kur- und Heilwald Lahnstein

Der Kinderheilwald befindet sich in einem etwa acht Hektar großen Waldbereich am Aspich in Lahnstein auf der Höhe. Er besteht aus alten und mittelalten Laubholzbeständen mit überwiegender Rotbuche, aber auch kleinflächigen Anteilen alter Traubeneichen sowie Hainbuchen, Kirschen, Bergahornen und Linden. Vorhanden sind auch mittelalte Douglasienbäume, die sich ideal als Kletterbäume für Therapiezwecke eignen.

In seinen verschiedenen Funktionsbereichen und den 21 Stationen werden Kinder in ihrer gesundheitlichen Entwicklung unterstützt, indem sie spielerisch auf einem Parcours Aufgaben erfüllen: Beim Suchen, Laufen, Klettern, Balancieren, Werfen, bewussten Atmen, Hören, Riechen, Fühlen, Tasten und Schmecken werden alle Sinne angesprochen. Gefördert werden durch die freie Bewegung im Wald Konzentration und Aufmerksamkeit, Kreativität, motorische und koordinative sowie psychische Fähigkeiten ebenso wie Interaktion in der Gruppe und Verständigung ohne Sprache.

Gerade erkrankten Kindern soll es so kindgerecht möglich werden, schneller zu gesunden und gesund zu bleiben. Die Erfahrung von Ruhe und Achtsamkeit ist ebenfalls immer wieder möglich.

Der Waldwichtel Till begleitet und hilft überall: er zeigt den Kindern, was an den verschiedenen Aufgabenstationen zu tun ist. So können die Kinder sich gleich selbst versuchen und brauchen kaum oder keine Anleitung durch „Große“ mehr, wodurch auch das Selbstvertrauen gestärkt wird.



Schwerpunkt des Kinderheilwaldes ist die Wiederherstellung der Gesundheit von Kindern. Indikationen sind z. B. Übergewicht, chronische Schmerzen, Infektanfälligkeit, Schlafstörungen sowie Konzentrations- und Aufmerksamkeitsstörungen. Doch der Kinderheilwald dient auch der Gesundheitsvorsorge und ist somit offen für alle Familien sowie Schulen, Kitas und sonstige Kinder- und Jugendgruppen.

