



# Frühlingserlebnisse im natour.NAH.zentrum Schillat-Höhle

## Meditation und Exkursion zu den Frühjahrsblüchern

**Hessisch Oldendorf. Das natour.NAH.zentrum Schillat-Höhle öffnet nach Ostern seine Tore zu zwei spannenden Frühlingsveranstaltungen. Mit einem einzigartigen Programm lädt das Zentrum Besucherinnen und Besucher dazu ein, die Schönheit der Natur zu erleben und Neues zu entdecken.**

Entspannen, Entdecken, Frühling genießen – mit diesen Schlagworten begrüßt das natour.NAH.zentrum Schillat-Höhle die neue Jahreszeit mit zwei Veranstaltungen:

Am Freitag, den 5. April, wird von 18:00 bis 19:00 Uhr ein besonderes Erlebnis durchgeführt: eine "Klang-Meditation". Dabei haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, den Alltag für eine Weile hinter sich zu lassen und sich bei Atem- und Achtsamkeitsübungen zu entspannen. Die geführte Meditation mit Klangschalen schafft eine harmonische Atmosphäre, die Körper und Geist beruhigt und zur Regeneration beiträgt. Sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene sind herzlich willkommen, um diese wohltuende Erfahrung zu genießen.

Am folgenden Samstag, den 6. April 2024, steht ab 11:00 Uhr eine besondere Exkursion mit Vortrag auf dem Programm. Unter der Leitung von Forstamtsleiter Christian Weigel entdecken die Teilnehmenden die Vielfalt der Frühjahrsblüher im Wesergebirge. Zu Beginn führt ein Vortrag im natour.NAH.raum des Wanderinfozentrums in die Welt der Frühjahrsblüher ein, dann startet die Exkursion mit einer Wanderung zu den blütenreichen Standorten im Naturschutzgebiet Hohenstein. Um genug Licht und Energie zu erhalten, blühen diese faszinierenden Pflanzen nur zu Beginn des Jahres an bestimmten Standorten. Wer schon immer mal mehr über die Frühblüher des Weserberglands erfahren wollte, hat nun die einmalige Gelegenheit, sie zu erkunden.

Interessierte werden gebeten, sich rechtzeitig anzumelden, um sich einen Platz zu sichern. Weitere Informationen zu den Veranstaltungen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es online auf [www.schillathoehle.de](http://www.schillathoehle.de) oder per Telefon unter 05751 40196-20. Zusätzlich teilt das natour.NAH.zentrum Schillat-Höhle diese sowie weitere Neuigkeiten und Updates auf Facebook und Instagram.

## Bildmaterial



BU: Frühblüher im Süntel

## Pressekontakt

Zweckverband Touristikzentrum Westliches Weserbergland

Vanessa Stemmler

Marktplatz 7

31737 Rinteln

Tel.: +49 5751 40196-24

E-Mail: [v.stemmler@westliches-weserbergland.de](mailto:v.stemmler@westliches-weserbergland.de)

[www.westliches-weserbergland.de](http://www.westliches-weserbergland.de)