

# Outdoor & Erlebnispädagogik



- ⇒ Erlebnistage
- ⇒ Trekkingtouren
- ⇒ mobile Seilaufbauten
- ⇒ Übernachtungen im Biwak
- ⇒ Baumklettern
- ⇒ Abseilen
- ⇒ Kochen am offenen Feuer

# Ernährungstraining

- Ziel: Ihr Ziel
- der Weg: fundierte Ernährungsberatung in Verbindung mit Elementen aus der Erlebnispädagogik
- kleine Schritte für langfristige Erfolge
- Veränderung von Gewohnheiten
- Nutzen: Verbesserung des eigenen Wohlbefindens
- Steigerung des Selbstwertgefühls
- hohe präventive Wirkung

Kontakt:  
Detlef Nescholta, Göppingen  
Tel. 07161 945 96 57  
Fax 07161 945 96 53  
Mobil: 0171 263 29 93  
[www.360-grad-schrittweise.de](http://www.360-grad-schrittweise.de)

Email: [info@360-grad-schrittweise.de](mailto:info@360-grad-schrittweise.de)



## Baumklettern

## Outdoor & Erlebnispädagogik

## Ernährungstraining

[www.360-grad-schrittweise.de](http://www.360-grad-schrittweise.de)