

# Loki Schmidt Naturführer

## Vera Vorreiter



Moin moin,

ich bin **Vera Vorreiter**. Aufgewachsen in Hamburg-Fischbek, war die Heide unser Abenteuerspielplatz. Heuer geht mir in dieser abwechslungsreichen Landschaft das Herz auf, zu allen Jahreszeiten.

Als Loki Schmidt Naturführerin sowie zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin biete ich die Erlebnistour „**Über Stock und Stein durch die Fischbeker Heide**“ an. Diese gibt einen Einblick in die Besonderheiten des Naturschutzgebiets.

Als zertifizierte Kursleiterin für Waldbaden - Achtsamkeit im Wald tauche ich mit ihnen beim „**Shinrin Yoku-Waldbaden**“ in die gesundheitsfördernde Waldatmosphäre ein. Mit einfachen Übungen für alle Sinne lassen wir den Alltagstress hinter uns und beleben unsere Verbindung zur Natur.

***Treffpunkt: Fischbeker Heidehaus, Fischbeker Heideweg 43a, 21149 Hamburg***

**Termine und Anmeldung bei:**  
in & out Sightseeing Hamburg, Vera Vorreiter  
[waldbaden@in-out-hamburg.de](mailto:waldbaden@in-out-hamburg.de)  
[heidefuehrung@in-out-hamburg.de](mailto:heidefuehrung@in-out-hamburg.de)

