

# Wandern. Fühlen. Sein.

Raus aus dem Seminarraum!

## Gruppenselbsterfahrung im Lainzer Tiergarten

Pro Wanderung können **9 Selbsterfahrungseinheiten\*** angerechnet werden für:  
Klinische Psychologie, Gesundheitspsychologie, Lebens- und Sozialberatung,  
Psychotherapeutisches Propädeutikum.

*\*die endgültige Anerkennung erfolgt durch den jeweiligen Ausbildungsträger*

Stressregulation &  
Selbstreflexion

Achtsamkeit in  
Bewegung

Ressourcen  
aktivieren

Austausch in  
kleiner Gruppe

## Unsere Touren 2026

### Lainzer Tiergarten in Wien

einfach | 11 km | 340 hm | 290 €

### Tagestouren von 9 - 17 Uhr inkl. Einkehr

- 07.06. (Ersatz 13.06.)
- 20.09. (Ersatz 26.09.)
- 10.10. (Ersatz 17.10.)

### KURSLEITERINNEN

**Mag. Elisabeth Blum, BSc.**

Klinische & Gesundheitspsychologin,  
Arbeits- und Organisationspsychologin,  
Notfallpsychologin

**Nicole Krysiuk, MSc. MSc.**

Klinische & Gesundheitspsychologin,  
Arbeits- und Organisationspsychologin,  
Virtual Reality Coach

**Dr. Eva M. Molin, MSc.**

Staatl. gepr. Bergwanderführerin,  
Molekularbiologin, Botanikerin &  
Bioinformatikerin

## Infos und Anmeldung

Nicole Krysiuk ([anmeldung@psychologin1020.at](mailto:anmeldung@psychologin1020.at))

*Individuelle Termine auf Anfrage möglich.*