



Baggern auf der Bergwiese

ROTTERODE. Im Bereich der Rotteroder Bergwiese läuft aktuell eine Baumaßnahme aus dem vergangenen Jahr. Wie Bürgermeister Markus Böttcher informiert, wird im

Zuge des Kanalbaus der komplette Untergrund neu geordnet. Die Baustelle im obersten Teil des Bergdorfes habe durchaus ihre Tücken, vor allem wegen der beengten

Platzverhältnisse. Es seien noch ein paar Meter zu machen, aber man sei zuversichtlich, die Maßnahme in diesem Jahr über die Bühne zu bekommen. Foto: Sascha Willms

Vom Unteroffizier zum Achtsamkeitstrainer

Dennis Klein hat sein Leben umgekrempelt. Der Ex-Soldat wird erst Erzieher und zeigt Menschen heute Wege aus dem stressigen Alltag. „Die Natur ist mein Büro“, sagt der Inhaber von „Waldzeit Thüringen“ – und seine zufriedene Kundschaft wächst stetig.

Von Sascha Willms

BERMBACH. Viele Jahre war Dennis Klein bei der Bundeswehr, zuletzt als Stabsunteroffizier bei den Versorgern. „Ich bin über ein halbes Jahr mit Bauchschmerzen dorthin gefahren, weil es einfach nicht mehr zu mir gepasst hat“, erzählt der Bermbacher. Die Umstände hätten ihn krank gemacht – und er trifft eine Entscheidung, die er bis heute nicht bereut hat.

2020 habe er sich ins Aus gegeben und zunächst nicht gewusst, was er machen soll. Er lässt sich treiben im Fluss des Lebens – so, wie er es heute seinen Kursteilnehmern weitergeben. Klein wird Vater, widmet sich dem gemeinsamen Sohn und übernimmt die Eingewöhnungsphase im Kindergarten, und da öffnet sich eine neue Welt. „Mehr Feedback als von einem Kind kriegt man von einem Gegenüber ja nicht“, erzählt er über diese Zeit. Bis heute bekomme er gemalte Bilder von den Kindern der Gruppe, und sein Sohn geht bald in die Schule.

Einzeltraining und Teambuilding

„Damals habe ich mich auf dem Weg gemacht zum Erzieher.“ Er zieht die Ausbildung durch und erwirbt in den Ferien weitere Zertifikate. Er bietet heute Natur- und Achtsamkeitstraining an, hält Kurse im Waldbaden nach Kneipp und indianischem Heilyoga und bildet Kinder wie Pädagogen und mittlerweile auch hohe Führungskräfte weiter. Er stärkt den Zusammenhalt von Teams genauso wie die Selbstfindung in Einzeltrainings.



Dennis Klein aus Bermbach. Foto: Sascha Willms

„Waldzeit Thüringen“ wird geboren und wächst seitdem immer weiter. Vor wenigen Wochen hat er seine Erziehertätigkeit in einem Kindergarten aufgenommen, weil das neue Unternehmen immer größer werde. Klein arbeitet unter anderem mit der Tourist-Info in Oberhof, dem Hotel Waldmühle in Zella-Mehlis und dem Ahorn-Panorama-Hotel in Oberhof zusammen. Dort bietet er zum Beispiel dreitägige Paar-Freizeiten an, die mit einem Gesundheitsvortrag über Achtsamkeit beginnen und Trainingseinheiten in der Natur mit bis zu 20 Leuten sowie ein indianisches Heilyoga enthalten. Seine Teilnehmer sind oft Touristen aus dem ganzen Land. Dazu kommen viele Team-Events.

Vor allem Firmenanfragen häufen sich. Es gebe Anrufe von Chefs, die das Phänomen beschreiben, wenn Mitarbeiter gegen die Firma arbeiten. Sechs bis acht Stunden reichen



Dennis Klein (Mitte), Inhaber von „Waldzeit Thüringen“, erklärt Mareike Dietrich und Carsten Feller seine Berufung, die mehr sei, als ein Geschäftsmodell. Seine Kurse erfreuen sich wachsender Beliebtheit, vom Achtsamkeitstraining bis zur „Indian Balance“. Foto: Sascha Willms

ihm da meist, um die Probleme aufzuzeigen und auch zu reparieren.

Die Nachfrage steige auch deshalb, weil viele, die einmal da waren, wiederkommen. Scheu haben die meisten vor dem Erstkontakt. Warum für einen Waldbesuch bezahlen, sei eine typischer Zweifel. Menschen scheuen sich einfach vor etwas Neuem. Das merke er auch an seinen Kindern von sechs und acht Jahren. Aber wenn die Hürde überwunden sei, funktionieren seine Angebote. Seine Kinder beispielsweise seien nicht mehr krank gewesen, seitdem er mit ihnen nach Kneipp lebe.

Dazu komme die konkrete Zusammenarbeit mit Osteopathen und Heilpraktikern für individuelle Probleme. So brauche sein Schwiegervater mittlerweile keine Blutdrucktablette mehr und ein Mädchen sei seine Nussallergie losgeworden, obwohl sie früher schon beim Anblick einer Nusschokolade Ausschlag bekommen habe.

Mit dem Staatssekretär im Donnerwetter

Vieles drehe sich um Resilienz, darum, die Widerstandsfähigkeit zu stärken, erklärte Klein kürzlich in einer Schutzhütte auf dem Knüllfeld seinen Gästen aus Erfurt. Staatssekretär Carsten Feller und zwei seiner Mitarbeiterinnen hatten ihr Interesse an dem jungen Unternehmen bekundet und waren auf das Hochplateau gekommen, als sich prompt ein kräftiges Gewitter entlud.

Angst vor dem Wetter sei auch so ein Phänomen, das Eltern ihren Kindern mit auf den Weg geben. Eine Angst, die Klein ihnen wieder nehmen will. Angst bestimmte auch das



In einer Schutzhütte sucht die kleine Gruppe vor dem Gewitter und jeder Menge Regen Schutz. Dennis Klein (rechts) sagt: Schlechtes Wetter gibt es nicht. Foto: Sascha Willms

Leben vieler Erwachsener, und das mache sie krank. Der Körper sei immer die letzte Ebene. Da sei zunächst die Arbeit, die irgendwann nicht mehr erfüllend sei. Dann sage der Körper einfach: krank. Krebs, Arthrose, Tumore, Bluthochdruck.

Sechs bis zwölf Stunden verbringt er mit den Menschen im Wald. Sie suchen nach Ursachen und dem roten Faden im Leben, den er als symbolisches rotes Seil auch dabei hat. Klein erzählt von einem Metzger, der wieder zurück in seinen alten Beruf wechselte und seitdem keine Gelenksbeschwerden

mehr hat. 18 seiner Teilnehmer hätten nach den Kursen schon ihren Job gekündigt.

„Ihr geht da nicht hin, nur damit das klar ist“, sagt Feller schmunzelnd zu seinen Mitarbeiterinnen. Alle lachen, die Stimmung ist gelöst. Nach dem Regen lässt sich eine von ihnen von Dennis Klein den Kneipp-Regen aus einer Gießkanne auf die ohnehin nassen Beine kippen. Ein gutes Gefühl, sagt die junge Frau, und der Bermbacher Achtsamkeitstrainer ist zufrieden. „Die Natur ist mein Büro“, sagt er, und vielleicht kommt ja auch die junge Ministeriumsmitarbeiterin wieder.

Wir gratulieren

... allen unseren Leserinnen und Lesern, die heute ihren Ehrentag begehen. Wir wünschen ihnen alles Gute und viel Gesundheit. *Liebe Leserin, lieber Leser, wir bitten Sie, uns Ihren Ehrentag selbst mitzuteilen, wenn Sie in die Rubrik „Wir gratulieren“ aufgenommen werden möchten. Ihre Mitteilung senden Sie bitte per Mail an lokal.schmalkalden@insuedthueringen.de oder per Post an die stz/FW-Lokalredaktion, Hoffnung 26, in 98574 Schmalkalden, oder per Fax an: (03683) 697625.*



Pinnwand

SAMSTAG, 27. Juli

Kalendarisches

1950: In der DDR wird der Titel „Held der Arbeit“ eingeführt.

1955: Mit Inkrafttreten des Österreichischen Staatsvertrags erhält Österreich seine volle staatliche Souveränität zurück.

1996: Eric Rudolph verübt ein Bombenattentat auf die Olympischen Sommerspiele in Atlanta. Zwei Menschen werden getötet, 111 verletzt.

1866: Das erste Telegrafenkabel über den Atlantik ist dauerhaft betriebsfertig.

1990: Im portugiesischen Manguale läuft der letzte Citroën 2CV, genannt „Ente“, vom Band.

1769: In London wird das erste urkundlich belegte Feuerwerk abgefeuert.

1983: Die amerikanische Pop-Künstlerin Madonna veröffentlicht ihr gleichnamiges Debütalbum.

1984: In den USA kommt der Musikfilm „Purple Rain“ mit Prince in der Hauptrolle in die Kinos.

1924: Die Abschlussfeier der VIII. Olympischen Sommerspiele in Paris findet statt.

1997: Der Radrennfahrer Jan Ullrich gewinnt als erster Deutscher die Tour de France.

Namenstag

Berthold, Natalie, Rolf, Rudolf

Besinnliches

Jesus spricht: Selig seid ihr Armen; denn das Reich Gottes ist euer.
Lukas 6,20

Denkwürdiges

Eine Entschuldigung ohne Veränderung ist nur Manipulation.

Geburtstage

1958 **Barbara Rudnik**, deutsche Schauspielerin
1958 **Margarethe Schreinemakers**, deutsche Fernsehmoderatorin
1961 **Juri Schlünz**, deutscher Fußballspieler und -trainer

Bauernregeln

Wenn die Sonne in den Löwen geht, die große Hitze alsdann entsteht.

Notdienste am Wochenende

Ärztlicher und zahnärztlicher Notdienst
24 h erreichbar, ☎ 116117
Notdienstprechstunde im Elisabeth Klinikum Schmalkalden: Sa und So 9:00 bis 12:00 und 17:00 bis 19:00.
Kinderärztlicher Bereitschaftsdienst im SRH Zentralklinikum Suhl: Sa, So und Feiertage: 9:00 bis 12:00.
APOTHEKEN
Samstag und Sonntag
Schmalkalden: Elisabeth-Apotheke.
Dienstbeginn ist um 8:00, Dienstende am darauffolgenden Tag 8:00.
Tierärzte
Zentraler tierärztlicher Notruf Thüringen: ☎ (0361) 64478808. Notdienstzeiten: Mo bis Fr 18:00 bis 8:00, Sa, So und Feiertage 8:00 bis 8:00. *(Alle Angaben ohne Gewähr)*

Wanderhütten

Schmalkalden Roßbachhütte Sa 11:00 bis 17:00 geöffnet.
Röthof Café 14:00 bis 17:00 geöffnet (betreut von den Heimbewohnern).
Breitungen Pleßhütte Sa 13:00 bis 17:00 So und Feiertag 10:00 bis 17:00.