



Sonntagswanderungen für Frauen **„Im Schweigen zur Ruhe kommen“**

Diese Wanderung ist eine Einladung an dich mit dem äußeren Schweigen das innere Reden zum Schweigen zu bringen. Das kann dir gelingen in dem du dich z.B. auf deinen Atem konzentrierst oder deine Aufmerksamkeit auf deine Gehbewegung lenkst, so dass du mit dir verbunden bist. Hilfestellung, wie es dir gelingen kann, erhältst du von mir vor Beginn der Wanderung.

Termin:	Sonntag, 25.09.2022	
Treffpunkt und Uhrzeit:	10.15 Uhr in Rotenburg (W.) TP wird nach Anmeldung bekannt gegeben	
Länge:	ca. 8 km	
Anspruch:	Leicht	
Wanderung:	Rundwanderung zwischen Bullensee und MitMachGarten / Teilstück NORDPFAD „Rotenburger Wasserreich“ (Änderung vorbehalten)	
Dauer der Wanderung:	ca. 3 Stunden einschl. Pausen (ohne Einkehr)	
Einkehr:	optional, im Anschluss an die Wanderung	
Gebühr:	Mitglieder Kneipp-Verein:	09,00 €* Nichtmitglieder Kneipp-Verein: 11,00 €* *Kosten für Hin- und Rückfahrt oder Verzehr nicht enthalten

Um Anmeldung wird gebeten, die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Anmeldung und Infos: Ines Stein Tel. 04263-300577 oder
info@gehstein.de; www.gestein.de

Auf dieser Wanderung sind wetterangepasste Kleidung, tritt- und rutschsicheres Schuhwerk, Getränke und Verpflegung erforderlich. Die Teilnahme erfolgt auf „eigene Verantwortung“ und unter Einhaltung der zum Zeitpunkt der Wanderung geltenden Corona-Schutzmaßnahmen. Gebühr per Vorkasse