



„Die Natur im Schweigen genießen“

Geführte Vollmondwanderung in und um Hetzwege

Diese Wanderung ist eine Einladung an dich mit dem äußeren Schweigen das innere Reden zur Ruhe 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:	Dienstag, 18.09.2024 / 19.00 Uhr
Treffpunkt:	wird nach Anmeldung bekannt gegeben
Länge:	ca. 7,5 km
Anspruch:	Leicht
Wanderung:	Rundwanderung durch Wiesen und Wälder, Mondbeobachtung / Fotomöglichkeiten (vorbehaltlich der Wetterlage)
Dauer der Wanderung:	ca. 3 Stunden einschl. Pause
Teilnahmegebühr/Person:	18,00 €
Um Anmeldung wird gebeten, die Teilnehmerzahl ist begrenzt.	
Anmeldung und Infos:	Ines Stein Tel. 04263-300577 oder info@gehstein.de; www.gehstein.de

Auf dieser Wanderung sind wetterangepasste Kleidung, tritt- und rutschsicheres Schuhwerk, Taschenlampe und ev. Getränk erforderlich. Die Teilnahme erfolgt auf „eigene Verantwortung“,

(Änderung vorbehalten)

