

Einladung: Regionalgebietstreffen 12.09.2021
Thema „Angst und Verbindung“



Ablauf:

| | |
|-------------------|--|
| 10:00 Uhr | Treffen am Zielort Zerkall |
| 10:00 – 10:15 Uhr | Go Round und Überblick Tagesprogramm |
| 10:15 – 11:00 Uhr | Meeting zu: - Angst (Loslassen und Gott überlassen) - Verbindung (Du bist nicht allein) - die drei A: Annahme, Aufmerksamkeit und Aktivität |
| 11:00 – 11:30 Uhr | Teams bilden, Material ausgeben, Boote verladen |
| 11:56 – 12:06 Uhr | Fahrt mit dem Zug zur Einsatzstelle Heimbach |
| 12:30 – 15:30 Uhr | Paddeln auf der Rur, Heimbach – Zerkall oder Obermaubach |
| 16:00 – 18:00 Uhr | Gemeinsames Essen und Meeting zum Tagesthema |
| 18:00 | Abschluss und Heimfahrt |

Bitte mitbringen:

- Wechselwäsche
- Sportdress
- Wasserschuhe
- Brillenschutzband
- Essen und Trinken (Keine Glasflaschen)

Gestellt wird:

- Boot
- Paddel
- Schwimmweste
- Helm

Bitte Körpergröße und Gewicht für Helm und Weste melden

Kostenbeitrag: 20,-€ Boot/Guide und 6,- € Befahrungsgebühr Mittlere Rur pro Person für die Vereinskaniadiern

6 Personen können mit Vereins-Kanadiern mitfahren.

Weitere Personen können mit dem ortsansässigen Veranstalter Kanu Petry.

<https://www.kanu-petry.de/index.php> für ca: 40,- € pro Person die Rur auf gleicher Strecke in offenen zweier Kajaks befahren

Anmeldung bitte bis 01.07. an RG-NRW-SW@ea-selbsthilfe.net

Wir freuen uns auf Euch und gutes Wetter

Euer EA RG Team NRW Südwest