



Selbsthilfegruppen für emotionale und seelische Gesundheit

EA Themen-Wanderung
jeden 3. Samstag im Monat, 11:00 Uhr

Liebe Freundinnen und Freunde,

hiermit lade ich herzlich zu den EA-Themen-Wanderungen ein, die jeden 3. Samstag eines Monats stattfinden. Jede/r ist eingeladen mitzuwandern.

Die Wanderungen stehen unter einem Tages-Thema. Wir treffen uns jeweils um 11 Uhr. Nach einer kurzen Einführung lesen wir zu dem Thema und beginnen anschließend schweigend mit unserer Wanderung von etwa 8-10 km (leichter bis mittlerer Schwierigkeitsgrad). Dabei setzen wir uns innerlich – jede(r) für sich – mit dem Thema auseinander. Während einer Rast können wir unter freiem Himmel teilen. Anschließend wandern wir zum Ziel, wobei auch wieder gesprochen werden kann. Wir werden etwa nach 2,5 - 3 Stunden am Ziel ankommen und es wird empfohlen eigene Rucksackverpflegung mitzunehmen.

Die Wanderungen finden meist im Grüngürtel statt und sind entweder ein Rundkurs, beginnend und endend in der Regel an einer Haltestelle des ÖPNV, oder sind eine Streckenwanderung. Streckenwanderungen beginnen in der Regel ebenfalls an einer ÖPNV-Haltestelle. Wir wandern dann zu einer anderen ÖPNV-Haltestelle. Den jeweiligen Treffpunkt und weitere Informationen erfahrt ihr unter den unten genannten Erreichbarkeiten.

Am Treffpunkt könnt ihr euch an der Fahne (siehe Bild unten) orientieren, die dort zu finden sein wird.

Wir beachten die Corona-Schutzverordnung in der jeweils gültigen Fassung. Eine Anmeldung zur Wanderung ist unter den unten genannten Erreichbarkeiten erforderlich.

Die Teilnahme an der Wanderung geschieht auf eigene Verantwortung. EA und der Wanderführer übernehmen keinerlei Haftung bei Unglücksfällen, Beschädigungen, Verlusten oder sonstigen Ereignissen. EA und der Wanderführer treten weder als Vermittler noch als Veranstalter auf.

Die Wanderung findet grundsätzlich bei jedem Wetter statt. Witterungsbedingte Änderungen bleiben vorbehalten und werden vom Wanderführer bekannt gegeben.

Heinrich (K) und Willi (MG)

Erreichbarkeiten: 0176 7538 2710

ea-wandern-k@mail.de

