




KBW GAP
Katholisches Kreisbildungswerk
Garmisch-Partenkirchen e.V.

mit
Gipfeltreffen

Pilgern Bergspiritualität

Programm 2019

Anmeldung und Organisation

Sie melden sich bis zum angegebenen Termin verbindlich im Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V. an. Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung Ihre Kontaktdaten (Name, Adresse, Telefon, Mobil, E-Mail) an.

Der Teilnahmebeitrag wird direkt am Treffpunkt in bar eingesammelt.

Bitte beachten Sie, dass das Mitnehmen von Hunden nicht möglich ist.

Katholisches Kreisbildungswerk e.V.

Dompfaffstraße 1

82467 Garmisch-Partenkirchen

Telefon 0 88 21 - 5 85 01

Telefax 0 88 21 - 7 47 01

info@kreisbildungswerk-gap.de

Teilnahmebedingungen

Die Spirituellen Bergtage sind von der Anforderung her unterschiedlich; in der Beschaffenheit und Länge der Wegstrecke, dem Höhenprofil und in den Landschaften.

Spirituelle Bergtage finden bei (fast) jedem Wetter statt. Achten Sie daher auf eine Ausrüstung, die der Witterung (Regen, Sonne, Kälte, Hitze) und einem Wetterwechsel angepasst ist. Tragen Sie bequeme, eingelaufene Wander- bzw. Bergschuhe, die auch in evtl. weglosem Gelände genügend Halt und Schutz geben.

Versorgen Sie sich mit ausreichend Getränk und Brotzeit. Soweit vorgesehen, ist bei den einzelnen Angeboten eine Einkehrmöglichkeit angegeben. Diese ist Ihnen aber auf jeden Fall freigestellt.

Für die Teilnahme an den Spirituellen Bergtagen setzen wir voraus, dass Sie über genügend Vorerfahrungen im Bergwandern, eine gute Gesundheit und entsprechende Ausrüstung verfügen. Veranstaltungen im Gebirge sind nie ohne Risiko. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und Verantwortung. Auch wenn unsere Leiterinnen/Leiter Sie unterstützen, müssen Sie sich über mögliche Risiken bewusst sein, denen Sie sich bei einer alpinen Tour aussetzen.

Wir behalten uns vor, TeilnehmerInnen (z.B. aufgrund gesundheitlicher Probleme oder fehlender Ausrüstung) von der Teilnahme bei einem Angebot auch auszuschließen; insbesondere im Hinblick auf die Verantwortung gegenüber den weiteren TeilnehmerInnen. Sie erhalten im Vorfeld ausführliche Informationen zu den jeweiligen Bergtagen im Informationsbrief oder auch gerne im direkten Kontakt mit den LeiterInnen Spiritueller Bergtage. Bitte nutzen Sie bei weitergehenden Fragen diese Möglichkeit.

Bergspiritualität

Bergauf und Bergab

Höhen und Tiefen, Freuden und Mühen, Gipfel und Täler – in einer Bergwanderung spiegelt sich das Bild unserer Lebensreise, zeigt sich im Kleinen, was die Realität unseres Lebens ist. Durch stille Landschaften, in ruhigem Gang führen unsere Spirituellen Bergtage. Dabei begleiten Sie ausgebildete LeiterInnen (DAV-Wanderleiter) aus der Region. Schritt für Schritt: im Unterwegssein in den Bergen dürfen Sie mit sich und der Natur aufmerksam sein, welche Botschaft die Berge für Sie bereithalten.

Lassen Sie sich inspirieren und wählen Sie, was zu Ihnen paßt – wir laden herzlich ein!

Christine Sontheim
1. Vorsitzende

Barbara Hillebrenner
2. Vorsitzende

Benjamin Schwarz
Geschäftsführer

Manuela Loder
stellvertretende Geschäftsführerin



Weg in die Freiheit Vom Gschwandtnerbauer auf den Wank

So., 28.04.2019

9.30 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Treffpunkt: kostenloser Parkplatz an der
Wankbahn oberhalb Schützenhaus.

Dort in Fahrgemeinschaft zum Parkplatz
Gschwandtnerbauer

Wir beginnen unseren Weg mit der herrlichen
Kulisse des Wettersteingebirges im Hintergrund.
Spirituelle Impulse und Texte erinnern uns an

Themen wie Stille, Loslassen, Freiheit und innerer
Frieden. Entlang der Wiesen des Gschwandtner-
bauern steigen wir in angenehmen Serpentina-

durch den Wald und Latschen zum Rosswank. Hier
haben wir einen wunderbaren Rundumblick auf
die Zugspitze, Karwendel und Ammergauer Alpen.
Am nahen Gipfelkreuz endet unsere Wanderung.
Eine gemeinsame Einkehr im Wankhaus und die
Abfahrt mit der Seilbahn runden den Tag ab.
Bequeme Wegführung auf normalen Wander-
wegen (ca. 860 Hm).

Leitung spiritueller Bergtage:

Hans-Georg Frühschütz und Monika Altmann

Anmeldung bis Fr., 26.04., 11 Uhr:

Tel. 08821 58501

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten): € 10,00



Gipfeltreffen

Spirituelle Bergtage

„Gipfeltreffen“ lautet der Titel einer bekannten Fernsehsendung des Bayerischen Rundfunks. Darin begibt sich der Moderator zusammen mit einer prominenten Persönlichkeit auf eine Bergtour, um sie dabei den Zuschauern näher vorzustellen.

Bei unseren „Gipfeltreffen“ wollen wir biblischen Personen begegnen, die ebenfalls eine prominente Rolle spielen – im Oberammergauer Passionsspiel. Was uns diese Frauen und Männer sagen können, dem wollen wir auf verschiedenen Touren überwiegend in den Ammergauer Alpen buchstäblich nach-gehen.

**„Gipfeltreffen“ ... mit Maria,
der Mutter Jesu**
Spirituelle Bergtag auf den Osterfeuerkopf
Sa., 18.05.2019
9.00 – 16.00 Uhr
Eschenlohe
Archtal-Parkplatz
Fahrgemeinschaft ab Oberammergau und
Garmisch möglich

Der Mai gilt als der große Marienmonat. Dementsprechend wollen wir der Frage nachgehen, welche Bedeutung Maria, die Mutter Jesu, für Menschen heute haben kann – nicht nur für Katholiken. Dazu wandern wir über einfache bis mittelschwere, im Gipfelbereich auch schmale und etwas ausgesetzte Bergwege hinauf auf den Osterfeuerkopf (1368m), der über den südseitigen Anstieg schon früh im Jahr gut machbar ist. Vom Archtal-Parkplatz steigen wir den Weg zur Brücke über die Asamklamm hinauf bis zum Beginn des Aufstiegs zum Osterfeuerkopf. Nach 700 Hm erreichen wir das Gipfelkreuz, von wo aus wir einen schönen Ausblick hinunter in das Loisachtal, das Murnauer Moos, auf den Staffelsee und zu den



© Christian Czech

Ammergauer Alpen genießen können. Nach Süden schauen wir bis zur Zugspitze. Am Ende der Tour, für die wir neben der üblichen Ausrüstung mit Wanderschuhen und -stöcken auch Brotzeit und Getränke dabei haben sollten, können wir den Tag bei einer Einkehr in Eschenlohe aus- und nachklingen lassen.

Leitung spiritueller Bergtage:

Dr. Angelika Winterer und Gaby Stefani.

Anmeldung bis Fr., 17.05., 11.00 Uhr:

Tel. 08821 58501

„Gipfeltreffen“... mit Petrus Spirituellel Bergtag auf die Weitalpsspitze

Mo., 24.06.2019

8.30 – 15.30 Uhr

Ettal

*Ettaler Mühle, von dort gemeinsame
Weiterfahrt*

*Fahrgemeinschaft ab Oberammergau und
Garmisch möglich*

Sein Name bedeutet „Fels“, doch ganz so stark wie ein Fels präsentiert er sich beileibe nicht immer: der Apostel Petrus, ein Mensch mit vielen Facetten – wie wir alle. Ihm und damit auch uns selbst begegnen können wir bei diesem „Gipfeltreffen“. Vom Parkplatz nahe der Ammerwald Alm führt uns ein kleiner, versteckter Pfad zur Weit Alm (1694m). Bei moderatem Tempo stellt der Weg keine größeren Anforderungen dar. Von hier geht es weiter durch Latschenkiefern zum Gipfel (1870m), von dem wir einen herrlichen Blick in die Ammergauer und Lechtaler Alpen genießen können. Nach einer Pause und einer stärkenden Brotzeit, die wir dabei haben sollten, nehmen wir entweder denselben Weg als Abstieg oder



© Christian Czech

steigen übers Roggental ab. (Letzteres bedeutet eine Gipfelüberschreitung, die unbedingt absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordert!) Die Entscheidung richtet sich nach den aktuellen Wetterverhältnissen, bzw. der vorherigen Wetterlage.

Auf jeden Fall besteht nach Ankunft im Tal noch die Möglichkeit, in der Ammerwald Alm einzukehren. Voraussetzungen für die Teilnahme sind

Kondition für ca. 2,5h Aufstieg (770 Hm) und – je nach Weg – rund 2-3h Abstieg, knöchelhohe Bergschuhe, Wanderstöcke, dem Wetter angepasste Kleidung, ausreichend Proviant sowie Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.

Leitung spiritueller Bergtage:

Dr. Angelika Winterer und Gaby Stefani.

Anmeldung bis Fr., 21.06., 11.00 Uhr:

Tel. 08821 58501

„Gipfeltreffen“... mit Maria Magdalena Spirituelle Bergtage auf die Zugspitze

So., 28.07.2019, 8.00 Uhr bis

Mo., 29.07.2019, 15.00 Uhr

Ehrwald

Talstation der Ehrwalder Almbahn

Fahrgemeinschaft ab Oberammergau möglich

2 Tage
unterwegs

Sie ist eine der spannendsten biblischen Gestalten überhaupt: Maria Magdalena. Eine 2-tägige Tour auf Deutschlands höchsten Berg eignet sich daher gut, sich von dieser Frau und ihrer wahrhaft bewegenden Geschichte äußerlich und innerlich bewegen zu lassen.

Der 1.Tag führt dabei über die sog. „Gatterl-Tour“ von Ehrwald zur Knorrhütte, am 2. Tag geht es von der Knorrhütte zum Gipfel und mit der Bergbahn zurück nach Ehrwald. Diese Wanderroute ist für Wanderer empfehlenswert, bei denen der Naturgenuss sowie die wunderbare Aussicht und weniger die sportliche Herausforderung im Vordergrund stehen.



© Christian Czech

Zu bewältigen sind insgesamt 2064 Hm / 14 km. Die dafür benötigte reine Gehzeit von 8,5h verteilt sich aber auf 2 Tage, wobei im Aufstieg die Bergbahn zur Ehrwalder Alm (400 Hm) sowie am 2. Tag vom Zugspitzplatt zum Gipfel (400 Hm) mitgenutzt werden kann und sich die Höhenmeter und entsprechend die Gehzeit somit wesentlich reduzieren lassen (minus 800 Hm).

Unerlässlich sind bei dieser Tour feste knöchelhohe Bergschuhe, Wanderstöcke, Sonnen- und Regenschutz sowie entsprechend der Höhe angepasste Kleidung.

Leitung spiritueller Bergtage:

Dr. Angelika Winterer und Gaby Stefani.

Anmeldung bis Mo., 08.07.: Tel. 08821 58501

Gebühr: € 60,00; zzgl. Kosten für Bergbahn (37 Euro für das „Gatterlticket“, das drei Bergbahnnutzungen umfasst), Übernachtung in der Knorrhütte (für AV-Mitglieder: € 12,00 – 18,00, für nicht-AV-Mitglieder: € 24,00 – 36,00) sowie für Verpflegung.

„Gipfeltreffen“... mit dem Hohenpriester Kajaphas

Spiritueller Bergtag auf das Kienjoch

Mi., 28.08.2019

8.00 – 16.30 Uhr

Ettal

Ettaler Mühle – von dort gemeinsame
Weiterfahrt

Fahrgemeinschaft ab Oberammergau und
Garmisch möglich

Die Rolle und der Einfluss von religiösen Autoritäten sind ein hochaktuelles, in gewisser Weise sogar brisantes Thema. Grund genug, dass wir uns auf unserem Weg hinauf auf das Kienjoch (1993 m), bei dem wir in rund 3h reiner Gehzeit 1100 Hm zu bewältigen haben, mit der Gestalt des Hohenpriesters Kajaphas auseinandersetzen. Entlang des Kuhalmbaches, den wir auch einige Male queren müssen, steigen wir auf romantischem, aber leicht anspruchsvollem Weg, der Trittsicherheit erfordert, auf zur Kuhalm (1326m) und von dort weiter zum Gipfel mit einem herrlichen Panoramablick. Der etwa 2-stündige Abstieg



© Christian Czech

erfolgt bis zur Kuhalm auf dem Aufstiegsweg, von dort aus über die Forststraße zurück nach Graswang, wo auch noch eine Einkehrmöglichkeit besteht. Bitte nehmen Sie Getränke und Verpflegung für unterwegs mit! Knöchelhohe Wanderschuhe, Wanderstöcke, Sonnen- und Regenschutz sollten ebenso mit dabei sein!

Leitung spiritueller Bergtage:

Dr. Angelika Winterer und Gaby Stefani.

Anmeldung bis Di., 27.08., 11.00 Uhr:

*Kath. Pfarrbüro St. Peter und Paul,
Oberammergau, Tel. 08822 92290*

„Gipfeltreffen“... mit Judas Iskariot Spirituelle Bergtage in den Ammergauer Alpen – Durchquerung vom Tegelberg nach Linderhof

Sa., 14.09.2019, 8.00 Uhr bis

So., 15.09.2019, 18.00 Uhr

Oberammergau

Bushaltestelle am Bahnhof

2 Tage
unterwegs

Verräter oder Freund? Das Spektrum der Deutungen, die Judas Iskariot erfahren hat, ist weit. Eine 2-tägige Durchquerung der Ammergauer Alpen bietet uns reichlich Zeit und Gelegenheit, dieser schillernden Figur nachzugehen.

Am 1.Tag führt unsere Wanderung von der Bergstation des Tegelberges durch herrliche Landschaft im Auf und Ab bis zum Gabelschrofensattel. Im Abstieg durch das Gumpenkar erreichen wir die Kenzenhütte (Übernachtung). Am 2.Tag gelangen wir über den Bäckenalmsattel vorbei am Feigenkopf, über den ausgesetzten Grat zur Gr. Klammspitze .Vom Gipfel mit herrlicher Aussicht ins Graswangtal und zur Zugspitze geht es stetig bergab zu den Brunnenkopfhäusern, wo



© Christian Czech

wir uns noch einmal stärken können, und weiter zum Schloss Linderhof.

Die Route verläuft nur teilweise über gut ausgebaute Wanderwege, oft über schmale Pfade in Gras und Schrofen und weist zudem immer wieder Steilpassagen auf. Am ausgesetzten Klammspitzgrat sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit unerlässlich! Ferner braucht es gute Kondition für jeweils bis zu 6 Stunden reiner Gehzeit (im

Aufstieg 800 Hm, im Abstieg bis 1000 Hm) sowie die übliche Ausrüstung für Wanderungen im alpinen Gelände: feste knöchelhohe Bergschuhe, Wanderstöcke, Regen- und Sonnenschutz

Leitung spiritueller Bergtage:

*Dr. Angelika Winterer und
Hans-Georg-Frühschütz (DAV-Wanderleiter)*

Anmeldung bis Fr., 23.08., 11.00 Uhr:

*Kath. Pfarrbüro St. Peter und Paul,
Oberammergau, Tel. 08822 92290*

Gebühr: € 45,00 Euro, zzgl. Kosten für Busfahrten (ca. € 8,00 - 15,00), Bergbahn (ca. € 14,00), Übernachtung in der Kenzenhütte (€ 29,00 incl. Frühstück) sowie Verpflegung.

„Gipfeltreffen“... mit Nikodemus Spirituellel Bergtag auf den Großen Illing

Sa., 26.10.2019

9.00 – 16.00 Uhr

Ohlstadt

*Kostenloser Wanderparkplatz am Aufstieg zum
Heimgarten – Fahrgemeinschaft ab Oberam-
mergau und Murnau möglich*

Vom Wanderparkplatz führt eine steile Forststraße bis zur Abzweigung des Weges zum Gr. Illing. Über einen Pfad mit teils verwurzelttem Weg (Trittsicherheit erforderlich!) gelangen wir mit Pausen, die uns mit Nikodemus eine eher unbekannte Person aus der Passionsgeschichte näher bringen und mit unserem eigenen Leben in Beziehung setzen wollen, auf den Gipfel. Hier genießen wir die herrliche Aussicht ins Voralpenland und auf die Berge rund um den Heimgarten. Beim Abstieg gilt es aufzupassen, denn der Weg ist in einer Passage steil und ausgesetzt. Wir gelangen entlang der Kaltwasserlaine zurück ins Tal.



© Christian Czech

Bitte nehmen Sie Getränke und Verpflegung für einen kleinen Imbiss mit. Wanderschuhe, -stöcke und Regenschutz sollten ebenso immer mit dabei sein.

Hinweis: Wenn am Tag der Wanderung noch Nässe durch vorausgegangenes schlechtes Wetter herrscht, gehen wir über die Bärenfleckhütte (keine Einkehrmöglichkeit) auf den Grat in Richtung Heimgarten und dann nach Westen auf das Rauheck (1587 m). Hier genießen wir einen fantastischen Ausblick nach Süden ins Karwendel- und Wettersteingebirge bis zu den Zentralalpen. Im Abstieg benützen wir den gleichen Weg zurück.

Leitung spiritueller Bergtage:

*Dr. Angelika Winterer und
Hans-Georg Frühschütz (DAV-Wanderleiter)*

Anmeldung bis Fr., 25.10., 11.00 Uhr:

Tel. 08821 58501

„Hier bin ich MENSCH,
hier darf ich SEIN.“

Spiritueller Bergtag von Klais
über die Elmauer Alm zum Eckbauer

Fr., 24.05.2019

8.45 Uhr – 15 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

RVO-Bus 9608 Wildenauer Straße (Nähe
Skistadion)

Oft beschäftigen wir uns gedanklich mit dem Morgen oder Gestern, und vergessen darüber, im Augenblick zu leben. Heute wollen wir bewußt das Hier und Jetzt wahrnehmen, und uns im einfach Sein üben, um daraus Kraft für den Alltag zu schöpfen.

Über herrliche Almwiesen und beständig mit Blick auf die beeindruckende Wettersteinkulisse gehen wir von Klais (933m) über die Elmauer Alm zum Eckbauer(1237m). Einkehrmöglichkeit am Ende der Tour im Berggasthaus Eckbauer; für unterwegs bitte nach Bedarf Getränke und Brotzeit mitnehmen.

Talfahrt mit der Eckbauerbahn; Kondition für 4h reine Gehzeit (ca. 400 Hm, 11 km) erforderlich.

Leitung spiritueller Bergtage:

Alexandra Bauer und Marion Zwirger

Anmeldung bis Do., 23.05., 11 Uhr:

Tel. 08821 58501

Gebühr (zzgl. Talfahrt): € 10,00



Mein Herz wird weit (Psalm 57) Spirituelle Bergtag auf den Schafkopf (1380 m) bei Farchant

Sa., 29.06.2019
8.00 – 15.00 Uhr

Farchant
Tourismusbüro
Am Gern 1

Auf dieser abwechslungsreichen Wanderung teils durch schattigen Mischwald, entlang von Bachläufen, Bergwiesen und schmalen Wegen mit wunderschönem Ausblick vom Gipfelkreuz auf das Wettersteingebirge und Loisachtal erleben wir auf ganz persönliche Weise die Weite unseres Herzens. In der Stille und der blühenden Natur, im Austausch und Schweigen, mit ausgewählten Texten zum Thema und achtsamen Körperübungen öffnen wir uns für einen ganz besonderen Tag und für all unsere Sinne! Als Ausrüstung werden knöchelhohe Wanderschuhe, eventuell Stöcke benötigt, ausreichend Wasser und Proviant für unser gemeinsames Picknick am Gipfel – und viel Offenheit!



© Christine Holzer

Leitung spiritueller Bergtage:
Christine Holzer und Renate Knorr
Anmeldung bis Fr., 28.06., 11 Uhr:
Tel. 08821 58501
Gebühr: € 10,00

„Zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen“ Spirituelle Bergtag im Estergebirge mit Yoga

So., 30.06.2019
8.15 – 17.00 Uhr

Krün
Tourist-Info
Rathausplatz 1

Bei unserer heutigen Auszeit wandern wir achtsam im ursprünglichen Estergebirge und spüren, dass wir Teil eines Großen Ganzen sind. Sequenzen ausgewählter Yogaübungen, angeleitet durch eine ausgebildete Yogalehrerin, bringen uns in Kontakt mit uns selbst und der Natur und geben uns die Möglichkeit zu tieferer Selbsterfahrung. Wir kommen zur Ruhe und schöpfen neue Kraft. Die Yoga-Übungen sind auch für Teilnehmer ohne Yoga-Vorkenntnisse durchführbar. Es wird im Stehen oder Gehen geübt, daher ist keine Yoga-Matte erforderlich. Wir fahren mit dem Almbus (Kosten € 8,00) bis Wildbädermoos. Aufstieg zur Krüner Alm und Wallgauer Alm mit Einkehr (reine Gehzeit bis hier ca. 2,5 Stunden/ ca. 150 hm bergauf). Abstieg über Altgraben – Finzbachklamm –



© Susanne Breit

Krün (reine Gehzeit bergab ca. 2,5 Stunden, 750 hm), ca. 12 km. Bitte ausreichend Getränke und Brotzeit für den persönlichen Bedarf mitbringen.

Leitung spiritueller Bergtage:

Alexandra Bauer

Co-Leitung für Yoga: *Karin Birkner, Yoga-lehrerin BDY/EYU. „Jedesmal, wenn ich in der ursprünglichen Welt der Berge unterwegs sein kann, geht mir das Herz auf. Der Alltag tritt zurück und ich werde mir wieder bewusst, was das wirklich Wichtige im Leben ist.“*

Anmeldung bis Do. 27.6., 11 Uhr:
Tel. 08821 58501.

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten): € 10,00

Mach Dich auf und werde Licht Spirituelle Bergtag zum Sonnenaufgang am Königsstand (1453 m)

So., 07.07.2019

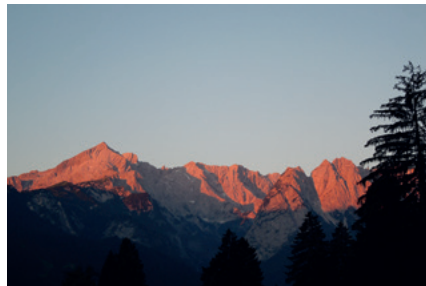
5.00 – 13.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Parkplatz am Stadion Am Gröben

Maximilianstr. 25

Für diesen Tag haben wir uns eine Wanderung auf den Königsstand ausgesucht, den schon König Ludwig II. als einen der schönsten Wege im Werdenfelser Land bezeichnete. Das Besondere daran: wir starten noch vor Sonnenaufgang und begrüßen das Licht am Gipfel. Wir genießen die wunderschöne Natur, verweilen in Stille, geben Gedanken Raum, nehmen uns Zeit für Austausch, genießen die Stille und lassen achtsame Körper- und Atemübungen auf uns wirken. Wir lassen für kurze Zeit den Alltag hinter uns und kommen durch langsame Bewegung und Stille immer mehr zu unserer eigenen Mitte.
(750 Hm; 13 km)



© Renate Knorr

Leitung spiritueller Bergtage:

Renate Knorr und Christine Holzer.

Anmeldung bis Fr., 5.7., 11 Uhr:

Tel. 08821 58501

Gebühr: € 10,00



„Eigentlich bin ich ganz anders,
nur ich komme so selten dazu“
(Ödon von Horvath)

Spiritueller Bergtag: Wetterstein, Stuiben

Sa., 13.07.2019

8.30 – 17.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Talstation der Kreuzeckbahn

Aus dem Alltag heraustreten und hinein in die Berge gehen. Ein gemeinsamer Weg kann den Blick öffnen für das Wesentliche in meinem Leben. Vom Kreuzeck geht es über den Bernad einweg zur Stuibenhütte. Von dort weiter zum Mauerschartenkopf und wieder zurück zum Kreuzeck. Bitte Verpflegung mitnehmen.

Leitung spiritueller Bergtage:

Gerhard Konrad und Marion Zwerger

Anmeldung bis Fr., 12.07., 11 Uhr:

Tel. 08821 58501

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten Seilbahn): € 10,00

„Die Kraft der Berge“

Spirituelle Bergtag auf die Falkenhütte

Fr., 19.07.2019

8.30 - 17.00 Uhr

Hinterriss

Mautstelle Eng (ab da können

Fahrgemeinschaften gebildet werden)

Ein Tag von Stille getragen: Wir werden versuchen, tiefer in die Welt der Berge einzutauchen und von ihrer stillen Weisheit zu lernen. Phasen des gemeinsamen Schweigens und Übungen zum achtsamen Gehen und Schauen mögen uns dabei unterstützen. Die Berge sind eine Schule gesunden Erlebens. Sie schenken Eindrücke, die in ruhigen Rhythmen auf uns zukommen. Ergänzend lernen wir aus fachkundiger Sicht eines Naturparkführers von den Gesetzen der Bergwelt. Im Aufstieg sind ca. 600 Höhenmeter zu bewältigen. In Kooperation mit dem Naturpark Karwendel.

Leitung spiritueller Bergtage:

Marion Zwerger und Gerhard Konrad

Begleitung: Anton Heufelder,

Naturpark Karwendel

Anmeldung bis Mi., 17.07., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk, Garmisch-

Partenkirchen, Tel. 08821 58501 oder

Naturpark Karwendel, Anton Heufelder,

Tel. +43 664 8844 6225

Gebühr: € 10,00



© O. Leiner



„Der Mond ist aufgegangen ...“

Laber, Ammergauer Alpen

Do, 15.08.2019

16.30 – 22.30 Uhr

Oberammergau

Talstation der Laber-Bergbahn

Impulse des Liedes von Matthias Claudius „Der Mond ist aufgegangen ...“ inspirieren uns und lassen uns die Schönheit von Gottes Schöpfung und den Trost seines Beistandes im Leben spüren. Von der Talstation führt uns der Weg am Wasser der Großen Laine entlang. Auf der Forststraße wandern wir vorbei an wunderbaren Blumen- und Kräuterpiesen zur Soilealm. Hier ist eine Brotzeitpause eingeplant. Der Weiterweg führt über den Soilesee in einigen Kehren zum Grat und über einen leichten Steig zum Gipfel. Im Aufstieg sind ca. 850 Höhenmeter zu bewältigen, dafür sind ca. 3 Stunden Gehzeit eingeplant. Bitte nehmen Sie Getränk und Verpflegung für eine kleine Brotzeit im Freien, sowie eine Stirn- oder

kleine Taschenlampe mit. Am Laber Berghaus werden wir gemeinsam einkehren und den Abend ausklingen lassen.

Leitung spiritueller Bergtage:

Hans-Georg Frühschütz und Monika Altmann

Anmeldung bis Do., 01.08., 11 Uhr:

Tel. 08821 58501

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten Seilbahn): € 10,00

Wie im Himmel, so auf Erden?

Spiritueller Bergtag vom Gschwandtnerbauer auf den Wank

Sa., 14.09.2019

9.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Parkplatz Gschwandtnerbauer (von der B2 GAP-Mittenwald bei Höfle links abbiegen)

Wir beginnen unseren Weg mit der herrlichen Kulisse des Wettersteingebirges im Hintergrund. Spirituelle Impulse und Texte erinnern uns hier und da an Themen wie Freiheit, Entscheidung, Kreativität und innerer Frieden. Die lieblichen Wiesen des Gschwandtnerbauers verlassen wir Richtung Wald und folgen dem Wanderweg mal schweigend, mal austauschend auf den Wank.

Unsere Wanderung endet an der Kapelle beim Gschwandtnerbauer, anschließend ist noch eine gemeinsame Einkehr möglich. Als Alternative zum Abstieg besteht die Möglichkeit, die Wankbahn zur Talfahrt zu benutzen. Bequeme Wegführung auf normalen Wanderwegen. Ca. 860 Hm. Bitte Brotzeit und genug zu trinken mitnehmen.

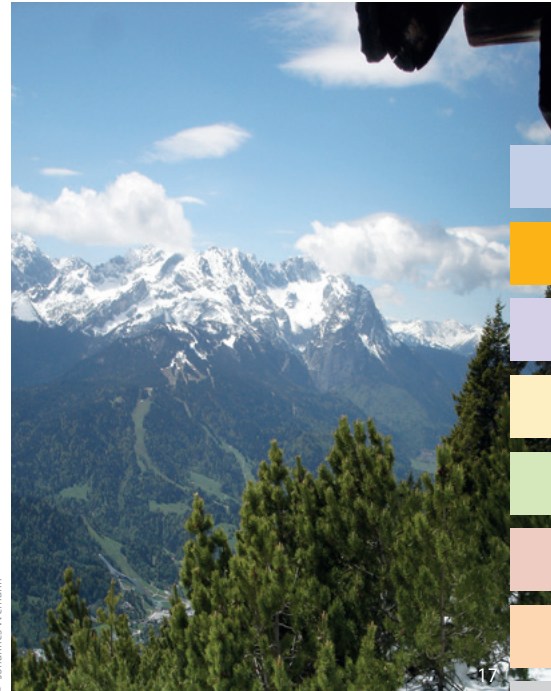
Leitung spiritueller Bergtage:

Johannes Werhahn und Leea Wallraf-Werhahn

Anmeldung bis Fr., 13.09., 11 Uhr:

Tel. 08821 58501

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten Seilbahn): € 10,00





© Marion Zwirger

„Weißt du, dass die Bäume reden?“ (indianische Weisheit)

Spiritueller Bergtag von Hinterriss
auf den Hochalpkopf

Sa., 21.09.2019

8.30 – 17.00 Uhr

Hinterriss

Karwendel – Naturparkhaus

Fahrgemeinschaften möglich

An diesem Bergtag wollen wir eintauchen in die zauberhafte Welt des herbstlichen Karwendels. Der prachtvolle Wald und die uralten Ahornbäume laden ein zur Begegnung und erzählen uns von den verborgenen Kräften und Gesetzen des Lebens.

Phasen des gemeinsamen Schweigens, Übungen zum achtsamen Gehen und Wahrnehmen und Impulse zum Nachdenken wollen uns dabei unterstützen. Dazu lernen wir die Vielfältigkeit der Natur aus der fachkundigen Sicht eines Naturparkführers kennen.

Im Aufstieg sind ca. 850 Höhenmeter zu bewältigen. Die reine Gehzeit beträgt insgesamt ca. 5,5 – 6 Std. Trittsicherheit und ausreichende Kondition sind erforderlich.

Leitung spiritueller Bergtage:

Christine Sontheim und Marion Zwirger

Begleitung: *Anton Heufelder, Naturpark Karwendel*

Anmeldung bis Fr. 20.09. 2019, 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk, Tel 08821 58501 oder

Naturpark Karwendel, Anton Heufelder,

Tel 0043 664 8844 6225

Gebühr: € 10,00

**Auf verborgenen Wegen
zum Rosengarten mit der
Kraft der Vier Elemente**
Spirituellel Bergtag auf den Rosengarten
(1423 m) bei Unterammergau

Sa., 19.10.2019

8.00 – 15.00 Uhr

Unterammergau

Gebührenpflichtiger Wanderparkplatz
oberhalb Gasthaus Schleifmühle

Wir haben uns für diesen Tag einen ganz besonderen Kraftplatz ausgesucht: auf verborgenen Wegen geht es in Stille und Achtsamkeit mit der Kraft der vier Elemente erst durch die Schleifmühlenklamm, mit ihren wunderbaren Wasserfällen und den rauschenden Bachläufen, weiter auf der Forststraße in Serpentina in Richtung Pürschling zu einem kleinen See, bevor wir einen Bach überqueren und durch Waldstreifen weglos über die stille Gipfelwiese zum Plateau mit Gipfelkreuz hinauf wandern. Wir genießen die Stille, den Ausblick auf Ammergauer Alpen, den Teufelstättkopf und das weite Voralpenland.

Achtsame Körperübungen lassen uns zu unserer Mitte kommen und wir erleben Dankbarkeit und Wertschätzung für die Schöpfung der Natur.

Leitung spiritueller Bergtage:

Renate Knorr und Christine Holzer

Anmeldung bis Fr., 18.10., 11 Uhr:

Tel. 08821 58501

Gebühr: € 10,00



LeiterInnen spiritueller Bergtage



Monika Altmann, geobiologische Beraterin. „Bei einer Bergtour ist es mir ein großes Anliegen, die Schönheit und ungewöhnliche Merkmale der Natur zu zeigen sowie den Alltag hinter sich zu lassen und für ein paar Stunden eins zu sein mit sich selbst.“



Alexandra Bauer, Sozialpädagogin. „Die immer neuen Ausblicke unterwegs und die Weite des Horizonts am Gipfel helfen mir, den Alltag mit seinen Sorgen hinter mir zu lassen, zu relativieren, neue Perspektiven zu sehen und den Blick wieder nach oben und innen zu richten.“



Hans-Georg Frühschütz, Dipl.-Psychologe und in der Freizeit begeisterter Bergsteiger. „Bergsteigen ist für mich Lust am Leben und die Erfahrung von Lebendigkeit. Darüber hinaus ist die Erfahrung der Stille die Türe, die unser inneres Ohr aufschließt, damit es diesen wunderbaren Klang unserer Seele zu hören vermag.“ (Anselm Grün)“



Christine Holzer: „Als Touristikfachwirtin bin ich viel gereist, habe inspirierende Menschen und Kulturen kennengelernt und Yoga und Meditation begleiten mich schon sehr lange auf meinem Weg – und ich freue mich sehr, auch Dich ein Stück Deines Weges in wundervoller Natur begleiten zu dürfen.“



Renate Knorr: „Wie weit der Weg auch ist, man darf immer den ersten Schritt tun. Nach diesem Motto startete ich, die wunderbare Natur der Bergwelt kennen zu lernen. Die Vielfalt der vier Jahreszeiten: ,erwachen, erstrahlen, färben und g'sad' sein, erfüllt mich mit großer Dankbarkeit. Dies mit Menschen zu teilen ist etwas Besonderes.“



Gerhard Konrad, Diplom-Forstwirt. „Auf dem Berg lösen wir uns ein Stück von unserer gewohnten Welt und betrachten sie von oben. Das hilft uns zu erkennen, was wirklich wichtig ist im Leben.“



Christine Sontheim, Steuerberaterin und 1. Vorsitzende des Kath. Kreisbildungswerks Garmisch-Partenkirchen. „Leidenschaftlich gern bin ich in der Bergheimat unterwegs. Ich verspüre hier spirituelle Tiefe und dass wir Teil dieser wunderbaren Schöpfung sind.“



Gaby Stefani, Krankenschwester. „Berggehen tut einfach gut. Beim Aufstieg innerlich zur Ruhe kommen, mit Gott Zwiesprache halten und seine Schöpfung erleben. Am Gipfelkreuz Gottes Größe bewundern. Staunen und danken! Beschenkt und mit leichtem Herzen ins Tal und den Alltag hinabsteigen. Diese Erfahrung möchte ich mit anderen teilen.“



Leea Kristiina Wallraf-Werhahn: *„Körper, Geist und Seele in Einklang bringen auf einer Bergtour: die Anstrengung beflügelt den Geist, sich von den Zwängen des Alltags zu befreien, das Gipfelerlebnis lässt das Irdische verschwinden und die Öffnung des Himmels verbindet uns mit dem Göttlichen.“*



Johannes Werhahn: *„Als Wissenschaftler in Klima- und Umweltforschung werde ich von der Vielfalt, Schönheit und Pracht unserer Bergwelt immer wieder neu überrascht. Jeder Weg zum Berggipfel ist für mich wie ein Weg in die Freiheit, wo ich in ganz besonderer Weise die Nähe und Allmacht Gottes erfahre.“*



Dr. Angelika Winterer, *Pastoralreferentin und hat die Projektstelle zur pastoralen Vorbereitung und Begleitung der Passionsspiele 2020 inne. „Ich fühle mich dem Himmel ein Stück näher auf dem Gipfel eines Berges. Dass die Bibel Berge als Orte möglicher Gottesbegegnung vorstellt, kann ich daher gut nachvollziehen.“*



Marion Zwerger, *Religionslehrerin, ist in ihrer Freizeit leidenschaftlich gerne in den Bergen unterwegs. „Die stille Gelassenheit der Natur hilft mir, mich zu erinnern, dass wir alle Teil des großen Ganzen sind. Es ist ein Ahnen um das große Geheimnis des Lebens.“*