

Leitung Irmgard Deml, Pilgerbegleiterin

Von _____ **nach** _____

Streckenlänge Cirka _____ km

Wege Landwirtschaftlich, Wald, Straßen

Zeitraumen _____ Uhr bis cirka _____ Uhr

Ausrüstung

Gut eingelaufene Wanderstiefel
Rucksack, eigene Brotzeit und Getränke
Sonnen-, Wind- und Regenschutz
Sitzkissen, kleines Handtuch
eventuell Teleskopstöcke
(**keine** Nordic-Walking-Stöcke)

Tagesinhalte

Pilger-Wandern - Spiritualität
Singen - Schweigen - Tanzen
Atem- / Körperübungen
Kultur und Natur

Weitere Infos:

www.pfaffenwinkler-pilgerbegleiterin.de

GUTSCHEIN

für
einen Auszeit-Tag

**Dahoam
unterwegs**



am _____