

Klein Anfangen

Schritte wagen. Wandern.
Menschen begegnen.
In Bewegung sein.

Harmonie und Nachhaltigkeit leben

Zusammen unterwegs sein.
In der Natur sein. In die Stille tauchen.
Sich austauschen. Orte kennenlernen.
Kultur erleben. Trauer zulassen.
Dem Innern Raum geben.

Loslassen lernen

Perspektive wechseln.
Neues annehmen.
Neugierig sein.
Aus dem Alltag treten.

Zusammen Unterwegs Sein

Die Freude an kleinen Dingen entdecken

Neues entdecken. Inspirierende
Momente geniessen. Kreativ sein.
Sich Erfreuen. Geniessen.
Essenzielles finden. Feiern.

Im Hier und Jetzt sein

Bei sich sein. Verbunden sein.
Achtsam sein.
Dasein.

Zusammen-Unterwegs-Sein ist eine Einladung zum gemeinsamen Wandern. Wir wandern in einer kleinen Gruppe, entspannen beim Wandern und sind bewusst unterwegs. Was uns geschenkt ist, ist der gegenwärtige Augenblick.

Wanderprogramm 2021, jeweils Donnerstag

- | | |
|------------|--------------------------------|
| 4. Februar | Toggenburg: Alp Sellamatt ** |
| 4. März | Steg - Hagheerenloch -Bauma ** |
| 15. April | Frauenfeld - Nussbommersee * |
| 6. Mai | Chaltbrunnental - Beinwil ** |
| 27. Mai | Schwarzenburg - Thörishaus * |
| 10. Juni | Holzegg - Sattel ** |
| 24. Juni | Etang de la Gruère ** |
| 8. Juli | Weesen - Quinten ** |
| 22. Juli | Auf den Chreialfirst *** |

Anmeldung: Bis am Vortag unter
roger.aeschmann@bluewin.ch oder 076 374 24 04
Philosophie und detaillierte Wanderblätter unter:
www.roger-aeschmann.ch/unterwegs-sein/

So geht's

Die Wanderungen werden nach Möglichkeit gemäss Programm durchgeführt, wenn mindestens eine Anmeldungen erfolgt.

Treffpunkt:

Zürich Hauptbahnhof, Bahnhof Stadelhofen oder gemäss Wanderblatt.

Anreise / Rückreise:

Abreise zwischen 7.00 und 9.30 Uhr.
Rückreise ab Zielort ca. 16.00 bis 18.00 Uhr, mit ÖV.

Billett:

Die Teilnehmenden lösen ihre Billette nach den Angaben im Wanderblatt selber.

Verpflegung:

Eigenen Proviant aus dem Rucksack. Genügend zu trinken.

Ausrüstung:

Wanderschuhe, Rucksack, Regenschutz, Pullover, Sonnenschutz, Persönliches, evtl. Wanderstöcke.

Kosten:

Die Wanderungen sind unentgeltlich. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.