

Zusammen-Unterwegs-Sein

Präsenz - das Hier und Jetzt genießen. Präsenz ist das bewusste Leben und Wahrnehmen im Hier und Jetzt - an dem Ort, wo wir gerade sind, mit den Menschen, die uns begegnen, alles im gegenwärtigen Moment. Ein anderes Wort für Präsenz ist Achtsamkeit.

Signau - Eggwil **

Eine Frühlingstour über die Emmentaler Hügel

Die Tour	Gewandert wird noch nicht im Alpinen, aber der Blick auf die noch verschneiten Berggipfel bleibt hier nicht verwehrt. Eine wunderschöne Wanderung durch die hügeligen Felder des Emmentals mit bester Sicht über unzählige bekannte und unbekannte Berge, vom Champechnubel und dem Howürzhoger über den Brünneligrind und den Bürkelihubel bis zum Finsteraarhorn und zur Jungfrau, und darüber hinaus weiter bis zur Chrummenfadenflue und dem Stäckhüttegürn.
Route	Signau (683m) - Schlapbach (790m) - Höhe (961m) - Chapf (1080m) - Eggwil(739m)
Treffpunkt	Zürich HB, Gruppentreffpunkt um 07.45 Uhr
Wanderzeit	Ca. 4 h reine Wanderzeit, 2 h Sein, 13 km, 500m auf , 450m ab
Mitbringen	Kleiner Rucksack mit Proviant und Getränken
Ausrüstung	Gute Schuhe, Regenschutz, Stöcke sind hilfreich, Sonnenschutz, Persönliches
Anreise	Zürich HB ab 8:02, Bern ab 9:12, Signau an 09:44
Rückreise	Eggwil ab 16:51 B271, Signau ab 17:14, Bern ab 18:02, Zürich HB an 18:58
Billett	Hinweg: Zürich HB – Signau, Rückweg: Eggwil – Zürich HB
Karte/Route	Karte/Route einblenden
Dank/Inspiration	Hein Staffelbach, NZZ am Sonntag