

Wanderung auf dem Achtsamkeits-Pfad Kleine Kyll Manderscheid



ACHTSAMKEITS-
PFAD KLEINE KYLL

Achtsam unterwegs mit den GesundLand Landschaftsmentoren und Entspannungscoaches

„Achtsam durch die Natur“ - Aufmerksam sein bei den kleinen Dingen. Riechen, schmecken, erfühlen und genießen Sie – ohne zu bewerten, ohne einen Gedanken an etwas anderes zu verschwenden. Nur das Innehalten und bewusste Spüren und Sich-Einlassen auf das, was gerade da ist, verschafft Beruhigung und Entschleunigung.

„Wer langsam geht, dem öffnet sich die Welt.“

(Anne Hamacher)

- Was:** Führung mit den Landschaftsmentoren und Entspannungscoaches des GesundLand Vulkaneifel
- Wann:** **verschiedene Termine sonntags**
jeweils um 09:45 Uhr
- Treffpunkt:** Parkplatz Heidsmühle, Manderscheid
(Mosenbergstraße 22)
- Kosten:** 5,- EUR pro Person (4,- EUR mit Gästekarte)
- Dauer:** ca. 2,5 Stunden (3 - 4 Kilometer)
- Anmeldung:** bis spätestens freitags, 15.30 Uhr über
manderscheid@gesundland-vulkaneifel.de oder Tel. 06572/9989005
- Teilnehmer:** maximal 12 Personen



Termine 2020: 29.11. • 13.12. • 27.12.

Termine 2021: 10.01. • 24.01. • 07.02. • 21.02. • 07.03. • 21.03. • 05.04. • 18.04. • 02.05.
16.05. • 30.05. • 13.06. • 27.06. • 11.07. • 25.07. • 08.08. • 22.08. • 05.09.
19.09. • 10.10. • 24.10. • 07.11 • 21.11. • 05.12 • 19.12.

Dieses Angebot kann nach Absprache auch für Gruppen an anderen Terminen gebucht werden.

