



Katholisches Kreisbildungswerk
Garmisch-Partenkirchen e.V.

Pilgern Bergspiritualität

Bergmessen und Berggottesdienste

Programm 2016

Anmeldung und Organisation

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

Im Vorfeld erhalten Sie einen Informationsbrief von den BegleiterInnen Ihrer Veranstaltung. 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.



*in Kooperation mit dem evangelischen
Bildungswerk im Dekanat Weilheim*

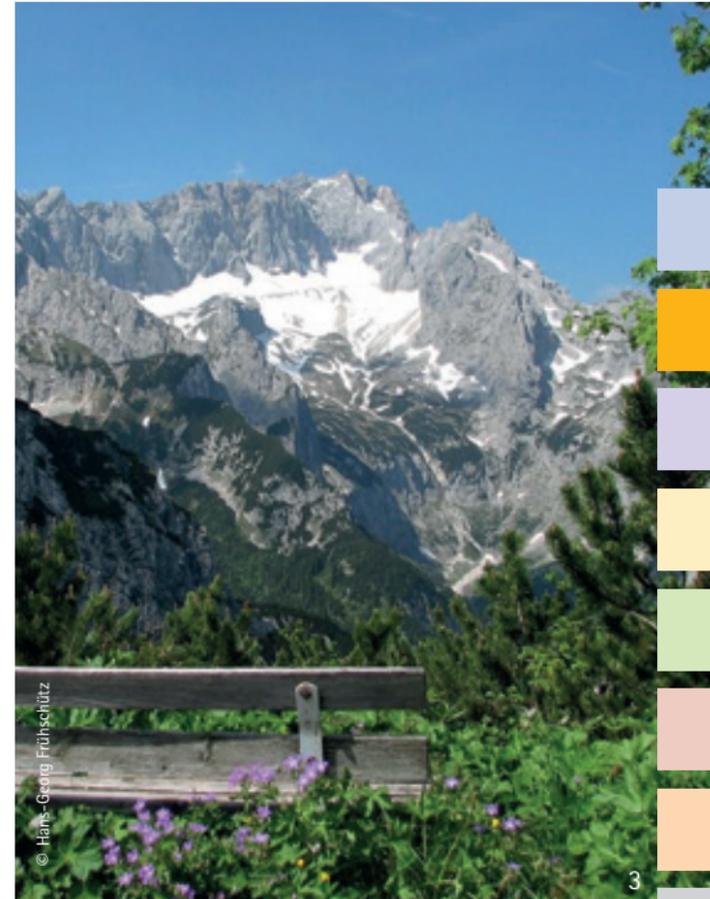
Lassen Sie sich inspirieren und wählen Sie, was zu Ihnen passt – wir laden herzlich ein!

*Christine Sontheim
1. Vorsitzende*

*Barbara Hillebrenner
2. Vorsitzende*

*Beate Löw-Schneyder
Geschäftsführerin*

Titelbild: © Anton Heufelder



© Hans-Georg Frühschütz



„Mit einem Freund an deiner Seite ist kein Weg zu lang“ (jap. Sprichwort)

Spiritueller Bergtag

Fr., 03.06.2016

8.55 - 15.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Bushaltestelle Wildenauer Straße

In der Alltagshektik kommen unsere wesentlichen Lebensthemen oft zu kurz. Heute genießen wir die Ruhe der Natur und befassen uns mit dem Thema Freundschaft, sowohl durch Textimpulse, als auch im teils schweigenden Gehen. Über herrliche Bergwiesen und einen licht bewaldeten Höhenrücken, vor der Wettersteinkulisse, geht es zum Eckbauer. Müde, aber erfrischt im Geiste, beenden wir dort die Tour (400 hm, ca. 11 km). Am Ende der Tour besteht im Berggasthaus Eckbauer die Möglichkeit zur Einkehr; für unterwegs bitte Getränke und Brotzeit nach persönlichem Bedarf mitbringen.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Alexandra Bauer und Susanne Breit

Anmeldung bis Do., 02.06., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501

(während der Pfingstferien vom 17.05. bis zum 27.05. bei S. Breit, Tel. 0170 7879312)

Gebühr (zzgl. Bus-/Bergbahnfahrt): € 10,00

Weg in die Freiheit Spiritueller Bergtag vom Gschwandtnerbauer auf den Wank

Sa., 04.06.2016

9.00 - 16.00 Uhr

Höfle / B2 GaPa – Mittenwald links abbiegen,
Parkplatz Gschwandtnerbauer

Unseren Weg, dessen spirituelle Impulse uns hier und da an die Themen Freiheit, Entscheidung, Kreativität, Muße erinnern sollen, beginnen wir mit der herrlichen Kulisse des Wettersteingebirges im Hintergrund. 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. Bequeme Wegführung auf normalen Wanderwegen (860 Hm).

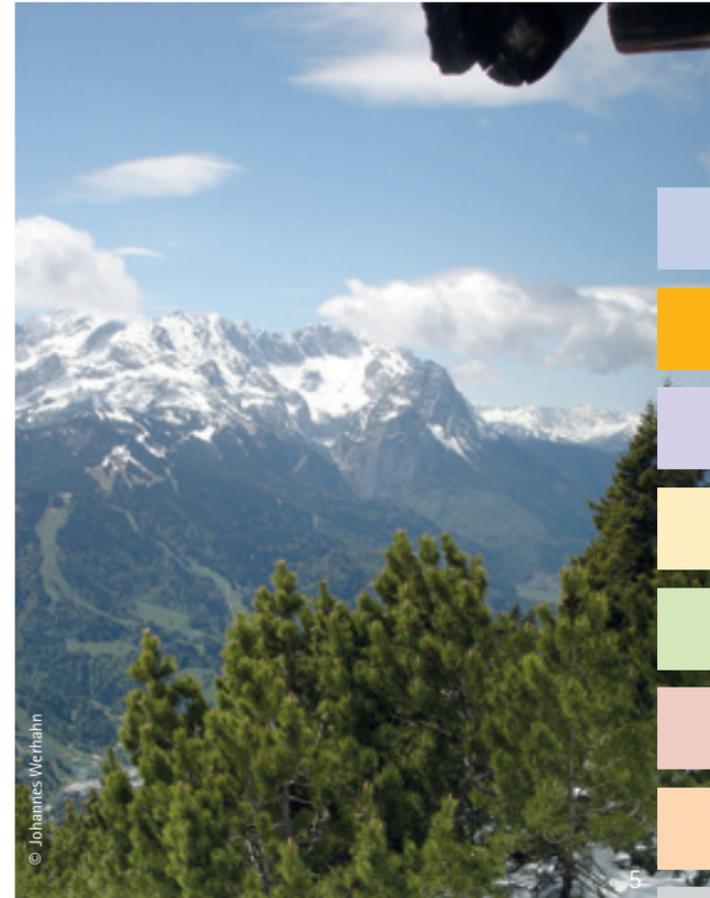
LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Johannes Werhahn und Leea Wallraf

Anmeldung bis Fr., 03.06., 11 Uhr:

*Kath. Kreisbildungswerk,
Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501
(während der Pfingstferien vom 17.05. bis zum
27.05. bei J. Werhahn, Tel. 08821 7088936)*

Gebühr: € 10,00



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

Do., 09.06.2016

8.15 – 16.00 Uhr

Krün

Tourist-Info, 8.30 Fahrt mit Almbus

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 (150 hm auf/ 750hm ab), ca. 12 km. Nach ca 2,5 Stunden reiner Gehzeit Einkehr auf Wallgauer Alm; ausreichend Getränke und Brotzeit für den persönlichen Bedarf unterwegs bitte mitbringen.



© Susanne Breit

Leiterin spiritueller Bergtage:

Susanne Breit

Co-Leitung für Yoga: *Karin Birkner ist Yogalehrerin 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. Diese wertvolle Erfahrung möchte ich gerne weitergeben.“*

Anmeldung bis Mi., 08.06., 11 Uhr:

*Kath. Kreisbildungswerk,
Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501*

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten): € 10,00

Besinnlich und musikalisch in den Feierabend Spiritueller Bergabend auf den Laber

Do., 23.06.2016

16.30 – 22.00 Uhr

Oberammergau

Talstation der Laber-Bergbahn

Über die Schartenköpfe wollen wir an diesem Abend auf den Laber wandern. Über Wald- und Wiesenwege, aber auch über kurze ausgesetzte Stellen an den Schartenköpfen werden wir die 900 hm musikalisch und besinnlich zurücklegen. Wir wollen zur Ruhe kommen und gemeinsam diesen Abend in Gottes wunderschöner Natur genießen. Bitte nehmen Sie Getränke und Verpflegung für eine Brotzeit im Freien (witterungsbedingt) mit. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit im Gipfelbereich unbedingt nötig. Einkehrmöglichkeit am Gipfel.



© Petra Clauß

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Petra Clauß und Gaby Stefani

Anmeldung bis Mi., 22.06., 11 Uhr:

*Kath. Kreisbildungswerk,
Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501*

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten): € 10,00

„Die Kraft des Wassers“

**Spirituelle Bergwanderung: Höllentalklamm-
Hupfleitenjoch-Knappenhäuser-Kreuzeck**

So., 26.06.2016

8.00 – 17.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Kreuzeckbahn-Parkplatz

Vom Treffpunkt aus bringt uns die Zugspitzbahn nach Hammersbach, von wo aus wir zur Eingangshütte der Höllentalklamm wandern. Auf unserem Weg begleiten uns spirituelle Impulse zu den Elementen Wasser und Erde. Das Naturschauspiel der Höllentalklamm lässt uns „Die Kraft des Wassers“ erleben, die wir tief in uns spüren. Eine gute Kondition für die anspruchsvolle Tour (ca. 6 Stunden reine Gehzeit und 1000 Hm) setzen wir voraus, ebenso knöchelhohe Bergschuhe, Wanderstöcke und Regenschutz. Unterwegs besteht die Möglichkeit, in der Höllentalangerhütte oder auf dem Kreuzeck einzukehren.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Hans-Georg Frühschütz und Monika Altmann

Anmeldung bis Fr., 24.06., 11 Uhr:

*Kath. Kreisbildungswerk,
Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501*

**Gebühr (zzgl. Zugfahrt, Seilbahn,
Eintritt Klamm) € 10,00**



**„Hier bin ich MENSCH,
hier darf ich SEIN.“
Spiritueller Bergtag von Lermoos
zum Grubigstein (Lechtaler Alpen)**

Fr., 01.07.2016

9.00 – 16.00 Uhr

Lermoos

Parkplatz Bergbahnen Grubigstein

Fahrgemeinschaften möglich

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, um daraus Kraft für den Alltag zu schöpfen. Von Lermoos (994m) aus wandern wir über die Wolfratshausener Hütte zur Grubigsteinhütte (2028m), wo wir das Panorama auf das Zugspitzmassiv und Richtung Fernpaß genießen. Steiles Gelände; Trittsicherheit u. Kondition für 4 h Gehzeit (ca. 1050 Hm, 8 km) ist erforderlich. Am Ende der Tour ist in der Grubigsteinhütte eine Einkehr möglich.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Alexandra Bauer und Susanne Breit

Anmeldung bis Do., 30.06., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501

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

„Ihr seid das Salz der Erde“ Spirituelle Bergtag Halltal-Issanger

Mi., 06.07.2016

9.00 – 17.00 Uhr

Absam/Tirol

Parkplatz am Halltaleingang

Fahrgemeinschaften möglich



© Christine Sontheim

Salz – ebenso unscheinbar wie unabdingbar wertvoll für das Leben. Wir wandern an diesem spirituellen Bergtag auf den Spuren des Salzbergbaus im Halltal hinauf zum landschaftlich reizvollen Issanger. Unterstützt von Zeiten des Schweigens und Innehaltens sowie kurzen inhaltlichen Impulsen werden wir den unscheinbaren und wertvollen Kräften des Lebens um und in uns nachspüren. Am Issanger zeigt uns ein Naturparkführer die Schönheit der vielfältigen Blumenwelt. Wir starten in Absam beim gebührenfreien Parkplatz am Halltaleingang (776m). Dann wandern wir auf breitem Weg zur Bergerkapelle und später auf schönem Steig nach St. Magdalena (1287m).

Von dort steigen wir über den landschaftlich zauberhaften Issanger aufs Issjöchl (1668m), dem höchsten Punkt unserer Tour. Von dort geht es über die Herrenhäuser und St. Magdalena wieder zurück zum Parkplatz. Die reine Gehzeit für diese wundervolle Tour beträgt ca. 6 Stunden bei ca. 900 Höhenmeter im Auf- und Abstieg. Gute Kondition, Ausdauer und Trittsicherheit sind nötig.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Christine Sontheim und Marion Zwerger

Anmeldung bis Di., 05.07., 11 Uhr:

*Kath. Kreisbildungswerk,
Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501
oder Naturpark Karwendel, Anton Heufelder,
Tel. +43 664 8844 6225*

anton.heufelder@karwendel.org

Gebühr: € 10,00



Mach Dich auf und werde Licht Morgendlicher spiritueller Bergtag zum Sonnenaufgang auf den Königsstand

So., 10.07.2016

5.00 – 13.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Parkplatz 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.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

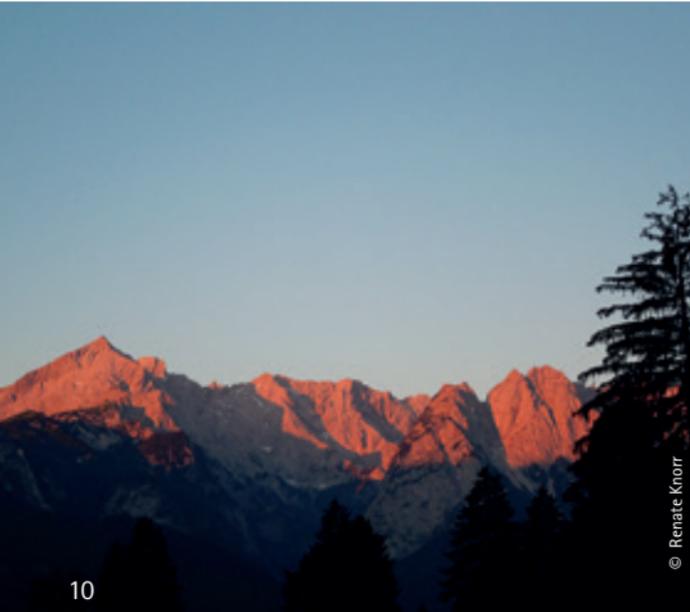
Renate Knorr und Christine Holzer

Anmeldung bis Fr., 08.07., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501

Gebühr: € 10,00



© Renate Knorr

Unterwegs mit dem Rucksack Spiritueller Bergtag am Kreuzeck

Sa., 16.07.2016

8.30 – 14.00 Uhr

Hammersbach

Kapelle am Anfang vom Weg zur

Höllentalklamm, neben Hotel Hammersbach

Während unserer Wanderung wollen wir mit Hilfe von geistigen und geistlichen Impulsen und Denkanstößen Antworten zu den Fragen suchen „Warum fühlt sich mein Rucksack so schwer an?“ „Woher kommt die Last?“ , „Wie kann ich meine Last loswerden?“ Langsames und meditatives Gehen mit einigen Strecken im Schweigen, ausgewählte Texte und Bibelstellen und geistige Übungen erleichtern uns den Zugang zu unseren innersten Gefühlen und Gedanken. Teilweise steile Wegführung auf normalen Wanderwegen (840 Hm). Rückweg möglich mit der Kreuzeckbahn. Es besteht die Möglichkeit zur Einkehr in der Kreuzalm.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Johannes Werhahn und Leea Wallraf

Anmeldung bis Fr., 15.07., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501

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



© Johannes Werhahn

Einsamkeit und Stille in den Ammergauer Alpen Alltagstrott und Hektik hinter mir lassen

Mo., 18.07.2016

7.30 – 14.00 Uhr

Ettal

Ettaler Mühle

In den Ammergauer Alpen hat man vom freistehenden Gipfel des Scheinbergs einen herrlichen Rundblick auf die umliegenden Gebirge. Wir wollen diesen Gipfel abseits des üblichen Trubels an einem Wochentag in aller Stille besteigen und der Frage nachgehen: Warum fällt es uns so schwer den täglichen „Alltagstrott“ einfach mal zu unterbrechen? Lassen wir uns während dieser Bergtour inspirieren auf andere Gedanken zu kommen, um erfrischt in den Alltag zurückzukehren; 850 hm (Aufstieg ca. 2:30 h reine Gehzeit). Keine Einkehrmöglichkeit, bitte Brotzeit und ausreichend Getränke mitnehmen.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Petra Clauß und Gaby Stefani

Anmeldung bis Fr., 01.07., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501

Gebühr: € 10,00

„Der Mond ist aufgegangen ...“ Spirituelle Bergwanderung: Laber, Ammergauer Alpen

Do., 18.08.2016

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 vorbei an wunderbaren Blumen - und Kräuterwiesen 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



© klagyiwik - Fotolia.com

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

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Hans-Georg Frühschütz und Monika Altmann

Anmeldung bis Mi., 03.08.:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501;

danach bis Mi., 17.08., 11 Uhr:

Hans-Georg Frühschütz, Tel. 0171 1483908

oder Monika Altmann, Tel. 08841 4881200

Gebühr (zzgl. Fahrtkosten): € 10,00

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

Spiritueller Bergtag: Wetterstein, Stuiben

Fr., 02.09.2016

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.

Leiter spiritueller Bergtage:

Pfarrer Thomas Lichte neber und Gerhard Konrad

Anmeldung bis Do., 01.09., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501,

oder Thomas Lichte neber, Tel. 0171 38 23 812

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



© Thomas Lichte neber

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

Spiritueller Bergtag Tortal-Rohntal-Runde

Sa., 17.09.2016

8.00 – 17.00 Uhr

Hinterriss

Karwendel-Naturparkhaus, Parkplatz P2

Fahrgemeinschaften möglich

An diesem Bergtag im Karwendel wollen wir gemeinsam versuchen, unsere Gedanken zur Ruhe kommen zu lassen und einzutauchen in die kraftvolle Welt der Natur. Achtsamkeitsübungen und Phasen des gemeinsamen Schweigens, Impulse und gegenseitiger Austausch mögen uns dabei unterstützen. Wir lassen uns faszinieren von den uralten Ahornbäumen, die seit Jahrhunderten unter den gewaltigen Torwänden stehen. Sie erzählen von geheimnisvoller Lebenskraft, biegsamer Jugend, überlebten Stürmen und vom Älterwerden. Ergänzend dazu wird uns ein Naturparkführer im Abstieg die Schönheit der vielfältigen Pflanzenwelt zeigen und erklären. Unsere Rundtour beginnt am Naturparkhaus in Hinterriss (928m). Auf breiter Forststraße



© Anton Heufelder

wandern wir ins Tortal bis zur unbewirtschafteten Tortalalm. Von dort geht es in zahlreichen Serpentinaufstiegen hinauf zur Torscharte (1815m), einem schön gelegenen Aussichtspunkt unter den gewaltigen Torwänden. Nun steigen wir zur Rhontalalm (1262m) ab und wandern nach einer gemütlichen Einkehr nach Hinterriss zurück. Reine Gehzeit im Aufstieg ca. 3,5 Std, Abstieg ca. 2,5 Std. Trittsicherheit und gute Kondition erforderlich. Es besteht im Anschluss nach der Tour die Möglichkeit, das Naturparkhaus Karwendel in Hinterriss zu besichtigen.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Traudl Maurer und Marion Zwerger

Anmeldung bis Fr., 16.09., 11 Uhr:

*Kath. Kreisbildungswerk,
Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501
oder Naturpark Karwendel, Anton Heufelder,
Tel. +43 664 8844 6225*

anton.heufelder@karwendel.org

Gebühr: € 10,00



Goldener Herbst am Großen Ahornboden – Exkursion Heimat- und Kulturgeschichte Entstehungsgeschichte der einzigartigen Kulturlandschaft

Di., 27.09.2016

9.00 – 13.00 Uhr

Hinterriss

Karwendel-Naturparkhaus, Parkplatz P2

Fahrgemeinschaften möglich

Von der Besiedlung des Rißtals bereits 1464, der frühen Bedeutung als Jagd- und Forstgebiet, dem Abbau von Eisenerz und dem Entstehen der Wallfahrt im 17. Jahrhundert reichen die Hinweise: Die Engalm im Talschluss mit dem Großen Ahornboden auf 1200 m bilden eine einzigartige Kulturlandschaft. Seit 2009 gibt es ein neu gestaltetes Besucherzentrum, in dem nicht nur Informationen über den umgebenden Naturpark Karwendel vermittelt werden, sondern die Natur mit allen Sinnen erlebt werden kann. Es lohnt, ein Stück auf den Berg zu steigen, um die Natur, die Gewalt der Karwendelberge, die Stille und die Sicht zu genießen. Dieser Tag widmet sich der heimat- und kulturgeschichtlichen Bedeutung.

Sie wird eingebunden in eine Wanderung auf dem Themenweg Engalm, Binsalm (Einkehr), und über den Panoramaweg zurück.

In Kooperation mit dem Naturpark Karwendel



Leitung:

Eva Kerschl und ein Mitarbeiter des Naturpark Karwendel

Anmeldung bis Di., 26.09.:

Kath. Kreisbildungswerk,
Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501,
oder Naturpark Karwendel, Anton Heufelder,
Tel. +43 664 8844 6225

anton.heufelder@karwendel.org

Gebühr: € 10,00



„Die Kraft der Berge“ Spirituelle Bergtag auf der Falkenhütte

Mi., 05.10.2016

8.00 – 17.00 Uhr

Eng

Parkplatz beim Alpengasthof Eng

Fahrgemeinschaften möglich

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 fachkundlicher Sicht eines Naturparkführers von den Gesetzen der Bergwelt.

In Kooperation mit dem Naturpark Karwendel

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Christine Sontheim und Marion Zwerger

Anmeldung bis Di., 04.10., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501,

oder Naturpark Karwendel, Anton Heufelder,

Tel. +43 664 8844 6225

anton.heufelder@karwendel.org

Gebühr: € 10,00



Auf verborgenen Wegen zum Rosengarten mit der Kraft der Vier Elemente Spirituellel Bergtag

auf den Rosengarten bei Unterammergau

Sa., 15.10.2016

8.00 – 15.00 Uhr

Unterammergau

*gebührenpflichtiger Wanderparkplatz oberhalb
des Gasthauses und Museum 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 Serpentin 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.

LeiterInnen spiritueller Bergtage:

Renate Knorr und Christine Holzer

Anmeldung bis Fr., 14.10., 11 Uhr:

Kath. Kreisbildungswerk,

Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 58501

Gebühr: € 10,00



LeiterInnen spiritueller Bergtage



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



Alexandra Bauer ist Sozialpädagogin. „Die immer neuen Ausblicke unterwegs und die Weite des Horizonts am Gipfel helfen mit, 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.“



Susanne Breit: „In der Erhabenheit der Berge kann ich am besten Stress aller Art abbauen, mich auf das Wesentliche besinnen und zu innerer Ruhe kommen. Diese Erfahrung will ich gerne bei spirituellen Bergtagen mit anderen Menschen teilen.“



Petra Clauß: „Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen. Woher kommt mir Hilfe? Der Psalm 121 ist für mich wegweisend in vielen Situationen meines Lebens. Sich gemeinsam an Gottes Schöpfung zu erfreuen und gestärkt in den Alltag gehen, ist das Ziel meiner Wanderungen.“



Hans-Georg Frühschütz ist 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, Meditation und Astrologie 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.“



Gerhard Konrad ist 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.“



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 Dankbarkeit. Dies mit Menschen zu teilen ist etwas Besonderes.“



Thomas Lichteneber ist evang. Gemeindepfarrer in Garmisch-Partenkirchen, begeisterter Bergsteiger und hat das Konzept der spirituellen Bergtage mitentwickelt. „Ich begleite weiterhin gerne die LeiterInnen von spirituellen Bergtagen und teile die Leidenschaft für geistliche Erfahrungen in unserer grandiosen Bergwelt.“



Traudl Maurer ist Lehrerin an der Mittelschule Mittenwald: „Ich liebe die Berge und verbringe dort meine freie Zeit. Sie lehren, worauf es ankommt, auf ein stilles und einfaches Leben.“



Christine Sontheim ist 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: „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.“



Lea Maria Kristiina Wallraf: „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.“



Marion Zwerger ist von Beruf Religionslehrerin, in ihrer Freizeit ist sie 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.“

Unsere Partner im Programm „Pilgern und Bergspiritualität“



www.ammergauer-alpen.de



www.gapa.de



www.dasblaueland.de



Deutscher Alpenverein
Sektion Garmisch-Partenkirchen

www.alpenverein-gapa.de



www.alpenwelt-karwendel.de



www.zugspitze.de



www.karwendel.org



www.kirche-tourismus.bayern



www.seefeld.com



www.leutasch.at



www.grainau.de



www.bergexerziten.de



www.spiritualitaet-leben.de



www.bergspiritualitaet.de



Bergmessen – Berggottesdienste – Bergandachten 2016



Bad Kohlgrub

BG auf dem Hörnle, Bad Kohlgrub

07.07., 14.07., 21.07., 28.07., 04.08., 11.08.,
18.08. und 25.08.2016
jeweils um 11.30 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

BG auf dem Wank*

25.06., 02.07., 09.07., 16.07., 23.07., 30.07.,
06.08., 13.08., 20.08., 27.08., 03.09., 10.09.,
17.09., 24.09., 01.10. und 08.10.2016
jeweils um 11.30 Uhr

BM auf dem Wank* (am Burgrainer Kreuz)
18.09.2016 um 10.30 Uhr

BG auf der Zugspitze*

Kapelle Maria Heimsuchung

28.06., 05.07., 12.07., 19.07., 26.07., 02.08.,
09.08., 16.08., 23.08., 30.08., 06.09. und
13.09.2016
jeweils um 12.00 Uhr

BM auf der Zugspitze*

Kapelle Maria Heimsuchung, Gatterlmesse
11.09.2016 um 10.30 Uhr

BA auf der Alpspitze*

02.07.2016 um 12.00 Uhr

BG auf der Hochalm*

04.07., 11.07., 18.07., 25.07., 01.08., 08.08.,
15.08., 22.08., 29.08., 05.09., 12.09. und
19.09.2016
jeweils um 11.30 Uhr

BG auf der Kreuzalm*
07.07., 21.07., 04.08., 18.08., 01.09. und
15.09.2016
jeweils um 11.30 Uhr

BM am Eckbauer* (beim Kreuz)
01.05., 12.06., 18.09.2016
jeweils um 11.00 Uhr
BM am Josefibichl (Partenkirchen)
16.05.2016 um 10.30 Uhr

BG am Gschwandtnerbauer
06.07., 13.07., 20.07., 27.07., 03.08., 10.08., 17.08.,
24.08., 31.08., 07.09. und 14.09.2016
jeweils um 11.30 Uhr

BG auf der Pfeifferalm (für Familien)
17.07.2016 um 11.00 Uhr

Eschenlohe
BM auf dem Heldenkreuz
16.05.2016 um 11.00 Uhr

Farchant
BM auf dem Fricken
04.09.2016 um 10.00 Uhr

BM auf dem Schafkopf
03.10.2016 um 10.00 Uhr

Mittenwald
MA an der Luttenseekapelle
05.05.2016 um 19.00 Uhr

MA am Gletscherschliff
06.05.2016 um 17.00 Uhr

MA an der Kapelle in Gerold
06.05.2016 um 19.00 Uhr

MA an der Kapelle Maria Rast / Krün
08.05.2016 um 19.00 Uhr

MA am Kolpingskreuz
09.05.2016 um 19.00 Uhr

MA an der Eustachiuskapelle
13.05.2016 um 19.00 Uhr

MA an der Kapelle Maria Königin / Lautersee,
15.05.2016 um 19.00 Uhr

MA an der Kapelle am Wildensee
24.05.2016 um 19.00 Uhr

BM auf dem Karwendel*
15.06., 20.07., 24.08., 14.09.2016
jeweils um 12.00 Uhr

BM Kolpingkreuz

22.06.2016 um 20.00 Uhr

BM auf der Fereiner Alm

31.07.2016 um 11.00 Uhr

BM an der Kapelle Maria Königin / Lautersee

19.08.2016 um 19.00 Uhr

17.10.2016 um 11.00 Uhr

BM an der Eustachiuskapelle

21.09.2016 um 18.00 Uhr

Murnau

BM auf der Kaseralm

11.09.2016 um 11.00 Uhr

Oberammergau

BM auf dem Laber*

17.07.2016, 11.00 Uhr

BG an der Kolbensattelhütte*

06.08., 13.08., 20.08., 27.08. und 25.09.2016

jeweils um 10.00 Uhr

BM am Bärenbadflecken

11.09.2016 um 11.00 Uhr

BM an der Kälberplatte / Kofel

18.09.2016 um 11.00 Uhr

Ohlstadt

BM am Rauheck

04.09.2016, 10.00 Uhr

BM am Heimgarten

03.10.2016, 10.00 Uhr



© Marinus Zwirger

Legende:

BM = Bergmesse, kath.

BG = Berggottesdienst, evang.

BA = Bergandacht, evang.

MA = Maiandacht, kath.

* = Fahrt mit Bergbahn ist möglich

Bitte beachten: ohne Gewähr, evtl. erkundigen

Sie sich bei unsicherer Wetterlage im Vorfeld

Weitere Informationen:

www.berggottesdienste.de

www.erzbistum-muenchen.de/bergmessen

www.zugspitze.de/de/sommer/berge/zugspitze/bergmessen

www.bergspiritalitaet.com

Verschenken Sie einen Pilgertag oder Spirituellen Bergtag

*Auf ausgesucht
schönen Wegen,
in stiller Natur und
imponierender Bergwelt,
einfach unterwegs sein –
ein Geschenk!
Das Sie sich, aber auch
anderen machen können.*

Geschenk-Gutscheine
erhalten Sie in unserer
Geschäftsstelle,
Dompfaffstr. 1



Katholisches Kreisbildungswerk
Garmisch-Partenkirchen e.V.