

4 Tage auf dem Tiroler Jakobsweg Der eigenen Mitte be-ge(h)-gnen

Ausschreibung

Sie haben das Gefühl, im Strudel des Alltags, zwischen Job, Familie, Partnerschaft häufig neben sich zu stehen und dabei vielleicht selbst oft zu kurz zu kommen. Haben das Gefühl, Ihnen fehlt die Perspektive wie es stattdessen weitergehen kann – und vor allem wohin.



Machen Sie einen Standortwechsel: Unternehmen Sie den ersten Schritt – hinaus aus der Stressfalle, hinaus in die Natur und hinein ins Leben!

Entdecken Sie auf dem Tiroler Jakobsweg gemeinsam mit einer kleinen Gruppe* die heilsamen Kräfte dieses uralten Pilgerweges und der naturverbundenen Bewegung. Sammeln Sie neue Impulse, treffen Sie neue Menschen und finden Sie dadurch einen neuen Zugang zu sich selbst. Gewinnen Sie eine neue Perspektive und Klarheit. Lernen Sie – auf dem Jakobsweg wie im Leben – die zahlreichen Wegweiser zu erkennen, um Ihr(e) Ziel(e) zu erreichen.

Wir starten in Kufstein und pilgern entlang des Inntals über Felder, Wiesen und Anhöhen auf dem Tiroler Jakobsweg bis nach Innsbruck. Die gesamte Wanderstrecke beträgt ca. 85 Kilometer.

Das Detail-Programm erhalten Sie auf Anfrage!

Zielgruppe:

Menschen zwischen 30 und 60 mit dem Wunsch nach Sammlung, Klarheit und Neuorientierung.

* Die Teilnehmerzahl ist auf max. 10 Teilnehmende begrenzt (mind. 6).

Angebots-Konditionen:

Der Beitrag für Pilgerbegleitung, Organisation, tägliche Impulse und ein kleines Abschluss-Ritual beträgt 100 €.

Die Kosten für 3-4x Unterbringung im DZ (davon inkl. 2-3x HP, 1x ÜF) à ca. 45-60 €/Nacht werden durch die Teilnehmer direkt vor Ort gezahlt.

Die Kosten für An- und Abreise nach Kufstein/ab Innsbruck, Getränke & übrige Mahlzeiten sowie Trinkgelder & ein evtl. gewünschter Gepäcktransport sind selbst zu tragen.

Mit Ihrer Anzahlung i. H. v. 150 € ist Ihre Anmeldung verbindlich reserviert!

Begleitung / Veranstalter:

- Christina Bolte, Pilgerbegleiterin, Pilgerin, Unternehmensberaterin, Heilpraktikerin & Balance-Lotsin®
- Wolfgang Huber, Projektleiter, Natur-Coach & Visionssuche-Leiter

In Kooperation mit dem Tourismus- und Freizeit-Pastoral der Erzdiözese Salzburg

Termin:

- Do 23. Juni 2016 8 Uhr –
So 26. Juni 2016 ca. 20 Uhr
- Anmeldeschluss: 6. Mai 2016

Weitere Termine:

9-tägige Präventionsreise „Kurs Veränderung“ kompakt nach den Maßgaben der Balance-Helpcenter:

- 21.-29.05.2016 auf dem Portugiesischen Jakobsweg
 - 31.07.-07.08.2016 auf dem Tiroler Jakobsweg
- (Bitte gesonderte Ausschreibung anfordern)

Der eigenen Mitte be-ge(h)-gnet:

4 Tage auf dem Tiroler Jakobsweg

Programmablauf:

Für den, der will, beginnt unser gemeinsamer Weg am Vorabend mit einer Einstimmung und dem gegenseitigen Kennenlernen, alle anderen kommen am Donnerstag morgen hinzu.

Den Tag beginnen wir jeweils mit einem gemeinsamen Frühstück und dem ersten Morgen-Impuls. Anschließend machen wir uns „auf den Weg“ – das tägliche Pensum beträgt zwischen 18 und 25 km, daher ist eine gute Kondition die Voraussetzung für die Teilnahme.

Die Wanderung auf dem Jakobsweg bietet dabei zum Gelegentlich zur Bewegung und somit zum Stressabbau – der Kopf kann sich von kreisenden Gedanken und Sorgen entleeren. Dadurch bietet sich genügend Möglichkeit zum Perspektivwechsel und zur Reflexion über das Erleben der eigenen Innen- und Außenwelt. Die Gruppe sowie die (spirituellen) Impulse und Lieder bieten dabei Unterstützung.



Am Ankunftsort haben Sie Zeit zur freien Verfügung, zum Ausruhen oder für eine Orts-Besichtigung.

Vor dem Abendessen beschließen wir den Tag mit einem weiteren Impuls zur Stressbewältigung & Neuorientierung, begleitet von Austausch und Rückmeldungen über

die Erlebnisse des Tages sowie dem Impuls zum Tagesabschluss.

Termin:

- Do 23. Juni 2016 8 Uhr –
- So 26. Juni 2016 ca. 20 Uhr
- Anmeldeschluss: 1. Juni 2016

Etappenplanung:

1. Tag:
Kufstein – Mariastein – Breitenbach
Möglichkeiten zur Einkehr gibt es in Mariastein & Baumgarten
Strecke: ca. 21 km, ca. 750 Hm,
Gehzeit ca. 6,5 Std.



2. Tag:
Breitenbach – Kramsach – Strass im Zillertal
Einkehr in Voldöpp/Kramsach bzw. Rattenberg-Brixlegg
Strecke: ca. 20 km, ca. 500 Hm,
Gehzeit ca. 6,5 Std.

3. Tag:
Strass – Jenbach – Terfens
Einkehr in Jenbach bzw. Fiecht
Strecke: ca. 20 km, ca. 300 Hm,
Gehzeit ca. 5,5 Std.



4. Tag:
Terfens – Gnadental – Innsbruck
Einkehr in Absam bzw. Thaur
Strecke: ca. 24 km, ca. 300 Hm,
Gehzeit ca. 6,5 Std.

Die Gesamtwanderstrecke beträgt ca 85 km.
Änderungen vorbehalten!

Pilgerbegleitung:

- Christina Bolte, Pilgerbegleiterin, Pilgerin, Unternehmensberaterin, Heilpraktikerin & Balance-Lotsin®
- Wolfgang Huber, Projektleiter, Natur-Coach und Visionssuche-Leiter

In Kooperation mit dem Tourismus- und Freizeit-Pastoral der Erzdiözese Salzburg

Organisatorisches:

Anreise:

Eigenständige Anreise mit Pkw oder Bahn zu unserem Startpunkt in Kufstein:

Bitte seien Sie am 23.06. bis spätestens 7.45 Uhr an unserem Treffpunkt am Bahnhof. Alternativ empfiehlt sich die Anreise bereits am Vorabend bis spätestens 18 Uhr am Hotel (aufgrund der Bahnhofsnähe empfiehlt sich die Anreise per Bahn), so dass wir uns neben einer Einstimmung & Abendessen auch noch vorstellen können.



Abschluss & Abreise:

Von Innsbruck erfolgt die Rückreise nach Kufstein mit der ÖBB (stündlich mehrfache Verbindung) – ggf. ist eine Weiterfahrt bis München möglich.

Sollten Sie vegetarisches Essen o. ä. wünschen, geben Sie dies bitte bei der Anmeldung an, damit es bei der Organisation berücksichtigt werden kann.

Angebots-Konditionen:

- Die Kosten für 3-4x Unterbringung im Doppelzimmer mit Dusche/WC in Hotels bzw. Gasthäusern der einfachen und mittleren Kategorie: ca. 45-60 €/Nacht (davon inkl. 2-3x HP, 1x ÜF) werden durch die Teilnehmer direkt vor Ort gezahlt
- Beitrag für Organisation, Pilgerbegleitung, tägliche Impulse inkl. einem kleinen Abschluss-Ritual: 100 Euro

Die Kosten für An-/Abreise von Kufstein bzw. ab Innsbruck, Mittagessen, Kaffeepausen & Getränke, sowie Trinkgelder & ein evtl. gewünschter Gepäcktransport sind nicht enthalten.

Die Teilnehmerzahl ist auf max. 10 Teilnehmende begrenzt.

Mit Ihrer Anzahlung i. H. v. 150 € ist Ihre Anmeldung verbindlich reserviert!

Weitere Informationen (wie z. B. Packliste) werden nach Anmeldung zur Verfügung gestellt.

Auf Wunsch können Sie an einem Nachbereitungstreffen zur Integration des Erlebten einige Monate nach den Pilgertagen teilnehmen. Das Motto hier lautet: „Der Weg zurück ins Leben.“

Anmeldung an:

Christina Bolte

Hans-Goltz-Weg 28
D-81247 München

Auch per Fax möglich: +49(0)89/52 38 93 02
cb@christina-bolte.de

Ich möchte mich zur Pilgerwanderung anmelden:

[Der eigenen Mitte be-ge\(h\)-gnet](#)

Vom 23.06.-26.06.2016

Name:

Anschrift:

Geburtsjahrgang

Telefon – tagsüber:

E-Mail:

Bemerkung / Sonderwünsche:

.....