

# Anmeldung

---

Ich melde mich an zum Kurs

*"Sei bei dir selbst"*

*Zeit - Geschenk des Lebens*

Montag, 11. Mai bis  
Samstag, 16. Mai 2020

---

Kurs 20/18

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Tel: \_\_\_\_\_

Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Alter:

(freiwillig) \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Unser Programm beginnt am Montag um 19.30 Uhr mit der Einführung und endet am Samstag mit dem Frühstück. Dienstag, Mittwoch und Freitag sind ganze Wandertage. Am Donnerstag findet am Nachmittag eine Halbtagswanderung statt.

Um die anderen Angebote unseres Hauses nutzen zu können (z. B. das Vitalzentrum sowie die spirituellen Angebote) und um vor den Wandertagen etwas zu entspannen oder die Tage in Ruhe ausklingen zu lassen, empfehlen wir Ihnen ein, zwei Tage früher anzureisen oder länger zu bleiben.

## Kosten

---

700,- € (Ü/ VP / incl. Kurskosten)

Die Unterbringung erfolgt in Zimmern der Kategorie II. Auf Wunsch können Sie auch Zimmer anderer Kategorien gegen Aufpreis buchen.



**KLOSTER ARENBERG**

erholen • begegnen • heilen

Cherubine-Willimann-Weg 1 • 56077 Koblenz

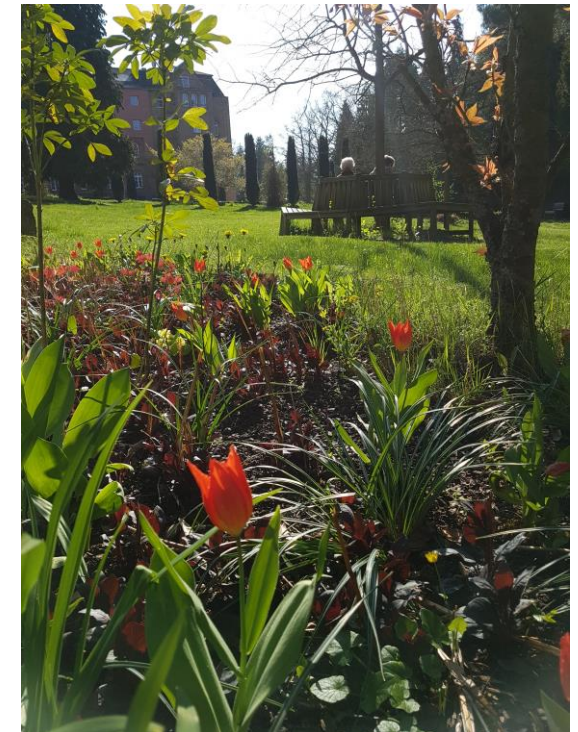
Tel.: 0261 / 6401-0 • Fax 0261 / 6401-3454

www.kloster-arenberg.de

E-Mail: [info@kloster-arenberg.de](mailto:info@kloster-arenberg.de)

2020

---



*"Sei bei dir selbst"*

*Zeit - Geschenk des Lebens*

◆  
Wandertage

11. – 16. Mai 2020

*”Sei bei dir selbst”*

## *Zeit - Geschenk des Lebens*

### Tagesstruktur & Wanderwege

Die Ganztagswanderungen beginnen um **09.30 Uhr** und enden um **17.30 Uhr** (Abweichungen witterungsabhängig).

Der Verein „Schönes Immendorf“ richtet die Wanderungen aus, die das Kloster Arenberg seinen Gästen anbietet.

In der Hauptsache werden „Premiumwege“ wie Rheinsteig®, Jakobsweg® und Traumpfade® erwandert.

Dabei treffen wir auf viele interessante Aussichtspunkte.

Umgeben von vier Mittelgebirgen, Westerwald, Taunus, Eifel und Hunsrück, liegt Koblenz in einer abwechslungsreichen Landschaft. Stille Wälder, romantische Bachtäler gehören ebenso dazu wie eine Fülle an Kulturstätten.

**Länge:** 12 km bis 15 km

**Schwierigkeit:** mittel bis anspruchsvoll

**Trittsicherheit ist erforderlich.**

**Steigungen:** 400 m bis 500 m

Die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt (**Ausnahme:** voraussichtlich starker Regen, Gewitter und Sturm). Wir bieten für diesen Fall ein alternatives Programm an: Innenbesichtigungen von Sehenswürdigkeiten der Umgebung.

### Mitzubringen sind:

- Regenfeste Kleidung und Schirm
- Tagesrucksack
- Knöchelhohe Wanderschuhe (Sohlen überprüfen!)
- Große Trinkflasche
- Sitzkissen
- Wanderstöcke (wenn vorhanden)

Während der Wanderung wird ein geistlicher Impuls zum Thema der Wandertage mit einer kurzen Zeit des Schweigens angeboten (**jedoch sind es keine Wanderexerzitien**).

Bitte beachten Sie, dass die Teilnahme an den Wanderungen auf eigene Gefahr erfolgt.

Haben Sie noch Fragen zum Kurs, dann nehmen Sie bitte Kontakt mit Sr. M. Gertrud auf unter:

[sr-gertrud@kloster-arenberg.de](mailto:sr-gertrud@kloster-arenberg.de)

Weitere Informationen zum Verein "Schönes Immendorf" unter [www.schoenes-immendorf.de](http://www.schoenes-immendorf.de)

### Kursleitung & Begleitung

Elfriede Böhm und Klaus Weinowski  
(ehrenamtliche Wanderführer)

#### Begleitung:

Sr. M. Gertrud Schmerbauch OP

*Ruhe aus,  
ein Feld das geruht hat,  
trägt herrliche Ernte.*

Ovid (43 v. Chr. - 17 n. Chr.)