



# SchrittWeise

Claudia Lüttke-Glock

Advent – Wanderung  
Sonntag, 4. Advent 19.12.2021

## Meditative Wanderung auf der Eifelschleife „Himmel und Ää“

**Leichte bis mittelschwere Rundwanderung, ca. 10km**

**Wir starten am Wanderparkplatz „Eifelblick“ bei Zülpich-Bürvenich/ Fahrgemeinschaft ab Brühl**

Fast während der gesamten Wanderung hat man schöne Fernblicke in die Kölner Bucht und über die Voreifel. Der Weg schlängelt sich in leichten Hügeln hauptsächlich durch Feld- und Wiesen.

An insgesamt 5 Stationen werden Gegebenheiten der Natur aufgegriffen. Vorgetragene Texte laden zum bewussten Wahrnehmen und Meditieren während des Gehens ein.

Bitte witterungsgerechte Kleidung; Verpflegung – wir werden ca. 3-4 Stunden unterwegs sein.

**Kosten: Spende zugunsten des Vereins: Gesellschaft zur Förderung von psychischer Gesundheit und Resilienz e.V. in Brühl – [www.nebelhorn.net](http://www.nebelhorn.net)**

**Interesse?**

**Infos und Anmeldung:**

**Claudia Lüttke-Glock**

**mobil: +49 1573 8124976**

**email: [info@schrittweise-bruehl.de](mailto:info@schrittweise-bruehl.de)**

**<https://www.schrittweise-bruehl.de>**