



Gehen... gemeinsam weiter gehen

Wander-Meditations-Ferienwoche in Portugal 26. September – 3. Oktober 2019

Als menschliche Wesen sind wir hier auf Erden auf der Durchreise. Nicht sesshaft, nicht festgefahren – eher wie Nomaden unterwegs. So ist die Lebenskraft, das eine Leben, immer in Bewegung. Sie navigiert uns auf dem Weg zu uns selbst. Von der Gruppe getragen gehen wir wie ein kleines Kind, staunend, offen, innere Hürden überwindend, bei jedem Schritt die Erde küssend. Lass dich tragen und überraschen. Dies ist kein sportlicher Leistungstest. Es ist ein dich Einlassen auf dich, die Natur, den Moment. Leistung geschieht nebenbei. Mach dich auf. Die wild natürliche Küstenlandschaft des Südwestens Portugals lädt dich ein und nimmt dich auf. Du bist in beständigem Kontakt mit Wind, Meer und der Schroffheit der farbigen Klippen- und Dünen-Küste mit ursprünglicher Flora. Du wirst liebevoll und kompetent begleitet.

Wanderschaft: Jeweils ganztags unterwegs zwischen 4 und 7 Stunden. Dazwischen baden in einsamen Buchten. Schlafen im DZ in einfachen Unterkünften. EZ auf Anfrage. Gepäcktransfer wird angeboten. Kleine Abkürzungen sind teilweise möglich.

Wert: 1050.- (Frühbucher bis 31.3.19 Fr. 980.-) ohne Flug und Transfer

Leitung: Christine Koller, Herzlehrerin und spirituelle Begleiterin, www.liz-fricktal.com Tel: 062 871 93 67

Verena Amrein-Lütold, Innere und äussere Reiseleiterin, Katalysator NE www.gemeinSAME.ch Tel: 041 928 10 11