

Pilgern und Bergspiritualität

Programm 2024

Pilgertag für Trauernde

„Ich hebe meine Augen auf zu den Bergen ...“
(Psalm 121)

Sa., 04.05.2024

9.00 Uhr

Krün

Treffpunkt: Isarbrücke (Soiernstraße), nahe
Wanderparkplatz im Gries in Krün

In Zeiten der Trauer nach einem Verlust fühlt man sich allein und wenig verstanden. Der Weg in die Zukunft liegt verborgen hinter Bergen aus Traurigkeit und Schmerz. Zusammen mit Menschen, die in einer ähnlichen Situation sind, machen wir uns auf den Weg und wollen der Kraft der Natur nachspüren, den Bergen, dem Wald und dem Fluss. Wir erkunden eine kleine Klamm und folgen dem Weg entlang der Isar. Wir haben Raum zum Erzählen, Zuhören, miteinander Schweigen und Beten und Zeit für geistliche und kreative Impulse zum Kraft schöpfen.

Wir gehen ca. 8 Kilometer auf einfachen Wegen und max.150 Höhenmeter in einem angemessenen Tempo. Der Pilgertag ist auch für Ungeübte geeignet.

Bitte Brotzeit und Getränke nach Bedarf für unterwegs mitnehmen; Einkehr danach je nach Wunsch möglich.

In Kooperation mit der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen.

Leitung Pilgertag: Alexandra Bauer und Pfarrerin Uli Wilhelm

Anmeldung bis 02.05.2024, 11 Uhr.

Die Teilnahme ist kostenfrei.



Pilgern auf dem Tiroler Lechweg I Zurück zur Quelle® – S'Lechtal mal anders

Do., 23.05.2024 bis

So., 26.05.2024

Füssen

Treffzeitpunkt: 8.00 Uhr Bahnhof Reutte

8.30 Uhr Bahnhof Füssen

4 Tage
unterwegs

Am Lechfall in Füssen beginnend wollen wir uns Zeit nehmen, unsere inneren Kräfte neu zu entdecken und zu unseren Lebenswurzeln zurückzukehren.

Mit wachen Sinnen für die außergewöhnliche Flora (z.B. Frauenschuh) und die Berglandschaft werden wir gegen den Strom des weitgehend ursprünglich fließenden Lechs pilgern. Spirituelle Impulse, Lieder, Naturkunde, Kneipp-Lehre, aber auch Schweigezeiten begleiten uns auf dem Weg.

Kurze Wegbeschreibung:

Von Füssen geht es über Pflach, Weißenbach, Vorderhornbach nach Häselgehr.

Die 4 Etappen zeichnen sich durch eine Streckenlänge von 15-20 km aus. Aufstiege bis zu 750 Höhenmetern sind möglich.

Schwierigkeitsgrad und Etappenlänge richten sich nach der Gruppensituation. Es erwartet Sie eine leichte bis mittelschwere Wanderung mit täglich zwischen 5 und 7 Stunden Gehzeit mit Tagesgepäck.

Verpflegung:

Tagesproviant; Einkehr nicht immer möglich. Eine Packliste wird zur Verfügung gestellt. Gepäcktransport.

© G. Hoss-Reinhard



Der Weg wird vom 24.08. bis 29.08.2024 fortgesetzt.

Treffpunkt in Reutte oder Füssen nach Absprache, Fahrgemeinschaften sind möglich!

Pilgerbegleiterinnen: Gabriele Hoss-Reinhard und Theresia Bereczuk

Anmeldung bis 19.04.2024.

Gebüh: € 180,00 (zzgl. Übernachtung, Verpflegung und Fahrtkosten)

Die Veranstaltung ist leider bereits ausgebucht, Setzung auf Warteliste ist möglich.

Pilgern auf dem Benediktweg von Unterammergau zum Kloster Ettal „... damit alles zur rechten Zeit geschieht“ (Regel des Hl. Benedikt 47,1)

Sa., 22.06.2024

8.30 Uhr

Unterammergau

Treffpunkt: Bahnhof

Ein Tag voll Stille, Staunen und besonderen Stationen mit Einblicken in die biologische Vielfalt und die christliche Schöpfungsspiritualität. Der Hl. Benedikt von Nursia und seine Impulse zur Schöpfung begleiten uns auf dem einzigartig schönen Weg von Unterammergau über die Romanshöhe, das Ettaler Weidmoos bis zum Kloster Ettal.

Wegstrecke: ca. 14 km.

Pilgerbegleitung: *Dr. Mechthild Echtler
und Benjamin Schwarz*

Anmeldung bis 21.06.2024, 11 Uhr.

Gebühr: € 15,00



© B. Schwarz

Wanderung auf dem Innsbrucker Zirbenweg „Ich sehe die Menschen wie Bäume“ (Markus 8,24)

Di., 02.07.2024

9.00 Uhr

Tulfes

*Treffpunkt: Talstation der Glungezerbahn in
Tulfes, Glungezerstraße 14*

Auf dem Zirbenweg oberhalb von Innsbruck zwischen Glungezer und Patscherkofel machen wir uns auf den Weg, um mit einem Symbol des Lebens, dem Baum, in Kontakt zu kommen. Sowohl theologische Aspekte als auch naturkundliche Informationen über die Zirbe und den Lebensraum Gebirge prägen diesen Tag.

Der Weg führt uns von der Bergstation der Glungezerbahn (Tulfes) in einem leichten Auf und Ab (190 Höhenmeter) bei 7 km Strecke zur Bergstation der Patscherkofelbahn. Die An- und Abreise sind öffentlich möglich.

In Kooperation mit der Evang.- Luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen.

Pilgerbegleitung: *Pfarrerin Uli Wilhelm und Benjamin Schwarz*

Anmeldung *bis 01.07.2024, 11 Uhr.*

Gebühr: € 15,00 *(vor Ort direkt zu bezahlen sind außerdem Bergbahn und Bus zwischen Igls und Tulfes bzw. ab Innsbruck Hauptbahnhof, z.B. Kombiticket Glungezerbahn-Patscherkofelbahn und Busverbindung von Igls nach Tulfes: € 35,50)*



Bewegen & Segen & YOGA

Ein Angebot für alle,
die gerne unterwegs sind

Mi., 10.07.2024

14.00 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Treffpunkt: Wallfahrtskirche St. Anton
in Partenkirchen

Gemeinsam unterwegs sein mit allen Sinnen
– frische Luft genießen – die Wahrnehmung
schärfen – Stille, Bewegung und Begegnung
erleben und sich stärken lassen – das ist Segen!

Pfarrerin Uli Wilhelm macht sich mit Ihnen auf
den Weg rund um die Wallfahrtskirche St. Anton.
Die Yogalehrerin Judith Rhomberg begleitet Sie
auf dem Atemlehrpfad, wo so manche Entde-
ckung für Körper und Geist gemacht werden kann.
Der Spaziergang findet bei jedem Wetter (außer
Starkregen oder Sturm) statt. Bitte witterungsge-
mäßige Kleidung und etwas zu trinken mitbringen.
Keine Vorkenntnisse erforderlich.

*In Kooperation mit der Evang.- Luth. Kirchen-
gemeinde Garmisch-Partenkirchen.*

Für weitere Rückfragen: Tel. 08821 95230
(Ev. Pfarramt Garmisch-Partenkirchen)

Leitung: Pfarrerin Uli Wilhelm

Yogaleitung: Judith Rhomberg, zertifizierte
Yogalehrerin

Anmeldung bis 09.07.2024.

Gebühr: € 10,00



Pilgern auf dem Tiroler Lechweg II Zurück zur Quelle® – S'Lechtal mal anders

Sa., 24.08.2024 bis

Do., 29.08.2024

Häselgehr im Lechtal

Treffpunkt: 10.00 Uhr

Bushalte Gramais/Schwimmbad

6 Tage
unterwegs

Von Häselgehr pilgern wir über Stockach, Steeg, Warth und Zug zur Lechquelle beim Formarinsee. Mal auf Höhenwegen, mal im Tal erfreuen wir uns an der herrlichen Alpenflora, dem immer ursprünglicher werdenden Lech, und den Schätzen der Natur. Mit Liedern, Impulsen, Geselligkeit, Pflanzen- und Kneippkunde sowie Schweigezeiten wollen wir unsere Wurzeln wiederentdecken und stärken.

Schwierigkeitsgrad und Etappenlänge richten sich nach der Gruppensituation. Die 5 Etappen zeichnen sich durch eine Streckenlänge von 15-20 km aus. Es erwarten Sie zwischen 5 und 7 Stunden Gehzeit täglich.

Verpflegung: Tagesproviand; Einkehr nicht immer möglich.

Ausrüstung: Stöcke sind hilfreich, evtl. Badesachen. Darüber hinaus wird eine Packliste zur Verfügung gestellt. Gepäcktransport.

Pilgerbegleitung: *Gabriele Hoss-Reinhard und Theresia Bereczuk*

Anmeldung bis 19.07.2024.

Gebühr: € 270,00



© G. Hoss-Reinhard

**Pilgern auf dem Franziskusweg von
Eschenlohe zum Kloster St. Anton**
„Gelobt seist du, mein Herr, durch alle deine
Geschöpfe“ (Franz v. Assisi, Sonnengesang)

Sa., 28.09.2024

9.00 Uhr

Eschenlohe

Treffpunkt: Pfarrkirche St. Clemens

Dorfplatz 6

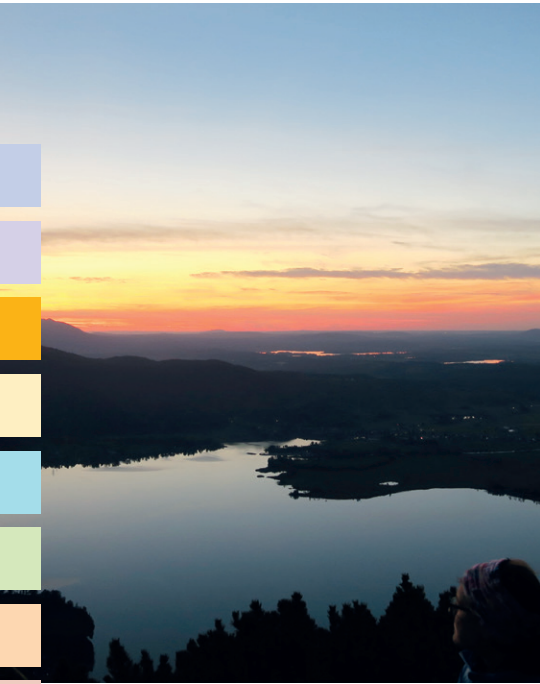
Im Rahmen der Schöpfungszeit in den christlichen Kirchen, die jährlich vom 1. September bis 4. Oktober gefeiert wird, begeben wir uns auf eine Wanderung auf dem Franziskus-Pilgerweg. Wir erfahren auf dem Weg von Eschenlohe nach St. Anton in Partenkirchen einiges über die Artenvielfalt des Loisachtals. Uns begleiten spirituelle Impulse des Hl. Franz von Assisi.

Pilgerbegleitung: *Dr. Mechthild Ehtler
und Benjamin Schwarz*

Anmeldung bis 27.09.2024, 11 Uhr.

Gebühr: € 15,00





Bergsteigen Spirituell Hast Du Lust, nach der Arbeit noch auf den Berg zu gehen?

Di., 30.04.2024

17.00 Uhr

Weitere Termine:

*14.05.2024, 25.06.2024, 16.07.2024,
24.09.2024, 15.10.2024*

*Treffpunkt für Mitfahrgelegenheit: **Penzberg**,
Möbelzentrale an der Dr.-Gotthilf-Näher-Straße*

Die Touren führen auf Berge in der Nähe von Penzberg, Kochel und Murnau. Wir lassen den Spätnachmittag an der frischen Luft sportlich und spirituell ausklingen. Vor dem gemeinsamen Aufstieg teilen wir einen spirituellen Impuls. Am Gipfelkreuz angekommen, halten wir inne, machen eine kurze Pause, genießen den Sonnenuntergang und kehren evtl. zusammen in einer Hütte ein. Danach erfolgt der gemeinsame Abstieg mit Stirnlampe.

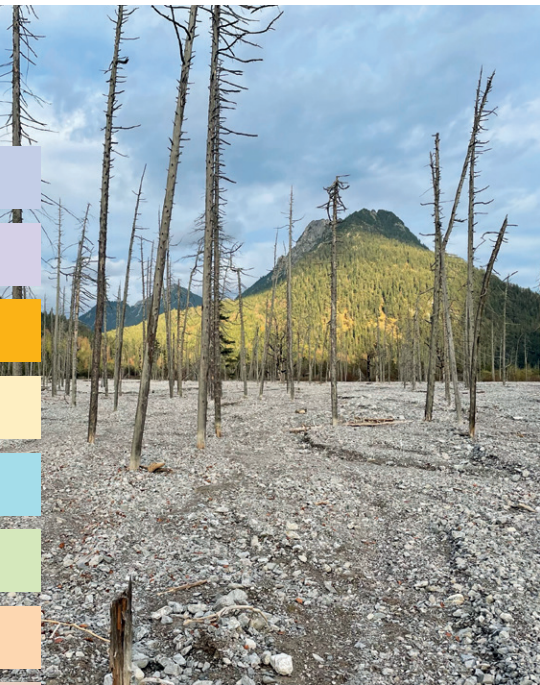
© Ph. Ross

In Kooperation mit der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Penzberg.

Leitung, Anmeldung und Ansprechpartner:

*Pfarrer Philipp Ross, philipp.ross@elkb.de
(für genauere Absprachen logistischer Art gern
telefonisch melden: Tel. 0170 5538426)*

Weitere Infos: <https://glaubebergehoffnung.de/>
Die Teilnahme ist kostenfrei.



Bergspiritualität im Friedergries Mit allen Sinnen Schöpfung erfahren

Sa., 13.07.2024

10.00 Uhr bis ca. 15 Uhr

Griesen

Treffpunkt:

Parkplatz Ochsenhütte kurz vor Griesen

Das Friedergries ist eine ganz besonders beeindruckende Naturlandschaft in den Ammergauer Alpen. In ihr wollen wir mit allen Sinnen unterwegs sein. Wir werden kreativ, wir tauschen uns aus, wir essen gemeinsam und feiern einen Kindergottesdienst zum Abschluss. Wer möchte, kann danach noch in eigener Regie zum Wasserfall wandern, den Walderlebnispfad erkunden ... Wichtig: für das Picknick bitte Essen mitbringen, das wir miteinander teilen können und eine Picknickdecke nicht vergessen.

© F. Hammerl

Für Familien mit Kindergartenkindern und Schulkindern bis ca. 2. Klasse. Bei Regen muss es leider ausfallen.

In Kooperation mit der Tourismuspastoral im Werdenfelser Land und der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Penzberg.

Leitung: Florian Hammerl (Tourismuspastoral) und Philipp Ross (Evang. Pfarrer in Penzberg)

Anmeldung bis 12.07.2024, 11 Uhr.

Die Teilnahme ist kostenfrei.



Spiritueller Bergtag: Wetterstein, Stuiben

Vom Verlieren und Wiederfinden

Do., 25.07.2024

8.15 Uhr

Garmisch-Partenkirchen

Treffpunkt: Talstation der Kreuzeckbahn
Am Kreuzeckbahnhof 1

Im Gleichnis vom „Verlorenen Sohn“ (Lk 15,11–32) begegnen uns Gefühle wie Sehnsucht, Eifersucht, Glück. Über diese Lebensthemen wollen wir auf dem Weg ins Gespräch kommen.

Vom Kreuzeck geht es über den Bernadeinweg zur Stuibenhütte. Von dort weiter zum Mauer-schartenkopf und wieder zurück zum Kreuzeck. Bitte Verpflegung mitnehmen.

Leitung Bergtag: *Christine Sontheim
und Pfarrerin Uli Wilhelm*

Anmeldung bis 24.07.2024, 11 Uhr.

Gebühr: € 15,00 (zzgl. Fahrtkosten Seilbahn)



Wanderung auf den Laber, Ammergauer Alpen „Der Mond ist aufgegangen ...“

Mo., 19.08.2024

16.30 Uhr

Oberammergau

Treffpunkt:

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 wir vorbei an wunderbaren Blumen – und Kräuterpiesen 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.

© iStock.com/klagyivik

Bitte nehmen Sie Getränk und Verpflegung für eine kleine Brotzeit im Freien, sowie eine Stirn- oder kleine Taschenlampe für den Abstieg mit. Am Laber Berghaus werden wir gemeinsam einkehren und den Abend ausklingen lassen.

Leitung Bergtag: *Hans-Georg Frühschütz*

Anmeldung bis 14.08.2024, 11 Uhr.

Gebühr: 15,00 €



Angebote der evang.-luth. Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen

Mit Pfarrerin Uli Wilhelm

Infos und Anmeldung bei der Evangelischen Kirchengemeinde Garmisch-Partenkirchen, Tel. 08821 95230

Bewegen & Segen

*Jeden 2. Mittwoch im Monat, immer 14.00 Uhr
2-stündiger Nachmittagsspaziergang mit
Impulsen, Gesprächen, Stille
(außer bei Starkregen oder Sturm)*

Ökumenische Bergandachten:

Wank

ab 22.06.2024, wöchentl. samstags, 12.00 Uhr

Zugspitze

ab 25.06.2024, wöchentl. dienstags, 12.00 Uhr

Kreuzalm

ab 01.08.2024, alle 2 Wo. donnerstags, 12.00 Uhr

Gschwandtnerbauer

24.07., 07.08., 28.08. und 18.09.2024, 11.00 Uhr

Vollmondwanderung

Mo., 19.08.2024, 20.30 Uhr

Treffpunkt: Evang. Markuskirche Farchant

Sonnenaufgangstour

Sa., 07.09.2024, 3.15 Uhr,

Treffpunkt: Wank-Parkplatz

Spirituelle Wanderungen und Spaziergänge:

Emmaus-Wanderung am Ostermontag

Mo., 01.04.2024, 10.15 Uhr

Treffpunkt: Heilandkirche Oberau

Spirituelle Wanderung zur Tannenhütte

Mi., 21.08.2024, 10.00 Uhr

Treffpunkt: Ende der Hasentalstraße

Partenkirchen

Leitung spiritueller Bergtage und bei Pilgertagen



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



Theresia Berezuk: „Als erfahrene Pilgerin möchte ich gerne Menschen begleiten, die ebenso wie ich, mit Dankbarkeit den Reichtum der Natur, die Früchte, die wir ernten, die Landschaften, die wir

durchwandern, die Gewässer, die uns erfrischen, die Luft, die wir atmen, in sich aufnehmen wollen.“



Dr. Mechthild Echter, Ärztin, Psychotherapeutin und Tanzleiterin: „Schon immer bewege ich mich gerne in der Natur.

Bei meinen Pilgerwanderungen in der Gruppe möchte ich mit thematischen Impulsen und Achtsamkeitsübungen den Teilnehmern ermöglichen, eine Auszeit vom Alltag zu nehmen und neue Kraft zu schöpfen.“



Hans-Georg Frühschütz, 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)“



Florian Hammerl, Pastoralreferent. „Glaub mir, ich hab's erfahren, du wirst mehr in den Wäldern finden als in Büchern; Bäume und Steine werden dich lehren, was kein Lehrmeister Dir zu hören gibt.“

(Bernhard von Clairvaux)
Für mich ist Natur die ältere der beiden Bibeln, die uns geschenkt wurden. Sie ist mir eine beständige Quelle von Kraft und tiefer Freude.



Gabriele Hoss-Reinhard: „In das Leben und Treiben eines Marienwallfahrtsortes wurde ich hineingeboren. Immer lang- und aufmerksamer werdend bin ich inzwischen seit Jahren pilgernd unterwegs ... zurück auf dem Weg zu meinem

Ursprung. Meine Freude daran und meine Erfahrungen möchte ich gerne weitergeben.“



Philipp Ross, evangelischer Pfarrer. Mich begleitet schon länger der Spruch: „Es ist Dir gesagt, Mensch, was gut ist und was Gott von dir erwartet: Gerechtigkeit üben, Gemeinschaftssinn lieben und auf-

merksam mitgehen mit deinem Gott.“ Micha 6,8
Ich freue mich, in den Bergen an einem besonderen Ort gemeinsam ein Stück zu gehen, um besondere Momente und besondere Gespräche zu erleben.



Christine Sontheim, 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.“



Benjamin Schwarz, Theologe und Biologe, Geschäftsführer im Katholischen Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V. Er hat im Rahmen des Projekts „Alpenflusslandschaften“ vier Pilgerwege zum Thema „Biodiversität trifft Schöpfungs-spiritualität“ im Landkreis Garmisch-Partenkirchen konzipiert und beschrieben.



Uli Wilhelm, evangelische Pfarrer. „Von Kind an gehören die Berge zu meinem Leben – als Ort der Entspannung, des Staunens, der Herausforderung, der Entdeckungen, des persönlichen

Lernens und der Begegnung mit mir selbst, anderen Menschen und Gott. Was für ein Glück, dass ich in Garmisch-Partenkirchen diese Leidenschaft mit meinem Beruf verbinden kann!“

Die in diesem Prospekt erwähnten und ggf. weitere, kurzfristig geplante Angebote finden Sie auch auf unserer Homepage unter:

www.kreisbildungswerk-gap.de/veranstaltungen/pilgern



www.kreisbildungswerk-gap.de/veranstaltungen/bergspiritualitaet



Anmeldung und Organisation

Sie melden sich bis zum angegebenen Termin persönlich, telefonisch, schriftlich, per E-Mail oder über die Homepage beim Kath. Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen e.V. verbindlich an. Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung Ihre Kontaktdaten (Name, Adresse, Telefon, Mobil, E-Mail) an. Ihre Daten werden ausschließlich in Verbindung mit der Veranstaltung, zu welcher Sie sich anmelden, verwendet und nicht an Dritte weitergegeben. Ausführliche Informationen zum Datenschutz finden Sie auf unserer Homepage. Bitte beachten Sie, dass das Mitnehmen von Hunden nicht möglich ist.

Mehrtägige Angebote sind sehr gefragt. Melden Sie sich daher bitte rechtzeitig an. Bei mehrtägigen Angeboten ist die Gebühr im Voraus zu bezahlen, Ihre Anmeldung wird erst mit dem Zahlungseingang der Gebühr gültig. Ein Rücktritt ist bis 14 Tage vor Beginn der Veranstaltung kostenfrei. Bei einem Rücktritt bis 5 Tage vor der Veranstaltung wird eine Verwaltungsgebühr von 10 Euro erhoben. Bei einem späteren Rücktritt wird die gesamte Gebühr fällig, eine Ersatz-

person kann benannt werden. Bei mehrtägigen Angeboten fallen zusätzlich ggf. Stornogebühren der Unterkunft an. Im Einzelfall (Erkrankung mit ärztlichem Attest) kann eine (teilweise) Erstattung schriftlich beantragt werden, ein Anspruch besteht jedoch nicht.

Teilnahmebedingungen

Die Angebote sind von den Anforderungen her unterschiedlich; in der Beschaffenheit und Länge der Wegstrecken und in den Landschaften. Die Veranstaltungen finden bei (fast) jedem Wetter statt. Achten Sie daher darauf, dass Ihre Ausrüstung der Witterung (Regen, Sonne, Kälte, Hitze) und einem möglichen Wetterwechsel angepasst ist. Tragen Sie bequeme, eingelaufene Wander- bzw. Bergschuhe, die auch in ggf. weglösem Gelände genügend Halt und Schutz geben. Versorgen Sie sich mit ausreichenden Getränken und Brotzeit. Eine Einkehrmöglichkeit besteht nicht immer. Für die Teilnahme an 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 Leitungen Sie unterstützen, müssen Sie sich über mögliche Risiken bewusst sein, denen Sie sich bei einer alpinen Tour aussetzen.

Wir behalten uns vor, Teilnehmende (z.B. aufgrund gesundheitlicher Probleme oder fehlender Ausrüstung) von der Teilnahme an einem Angebot auszuschließen; insbesondere im Hinblick auf die Verantwortung gegenüber weiteren Teilnehmenden. Sie erhalten im Vorfeld einen Informationsbrief zu den jeweiligen Veranstaltungen, weitere Fragen können auch gerne im direkten Kontakt mit den Leitungen geklärt werden.

Katholisches Kreisbildungswerk Garmisch-Partenkirchen 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*

www.kreisbildungswerk-gap.de