



**"You raise me up so I can stand on mountains"**

*(Brendan Graham)*



## Bergwanderexerzitien im Allgäu



Das Gebirge ist ein wundersamer Ort. Es kann uns erinnern an Fragen, die uns gerade jetzt oder schon lange begleiten. Das Allgäu mit seiner Bergwelt kann uns einweisen in Erfahrungen der Stille, Einsamkeit, Weite und Tiefe unseres Daseins - Erfahrungen, die jeden ernsthaften spirituellen Weg begleiten. Im Allgäu begegnen sich Kultur und Natur. Eine Traumlandschaft mit vielen Facetten, in der man zu Ruhe kommt und Erholung tanken kann.

**Termin:** Montag, 16. September 2024 bis Freitag, 20. September 2024

**Ort:** Gästehaus St. Ullrich  
Alatseestraße 1  
87629 Füssen – Bad Faulenbach

**Begleitung:** Diakon Michael Schönberger

**Anmeldung:** [m.schoenberger@heiligkreuz-oberlahn.de](mailto:m.schoenberger@heiligkreuz-oberlahn.de)

**Kosten:** 595€ pro Person Einzelzimmer  
400€ pro Person im Doppelzimmer

**Leistungen:** Übernachtung mit Halbpension im Gästehaus Sankt Ullrich  
Alle Zimmer mit Dusche und WC  
Die Anzahl der Teilnehmer/innen wurde auf 20 begrenzt

**Bankkonto:** Kontoinhaber: Katholische Kirchengemeinde Heilig Kreuz Oberlahn  
IBAN: DE18 5115 1919 0101 0110 62  
Bank: Kreissparkasse Limburg  
Zweck: Wanderexerzitien Füssen 2024

**Lektüre:** Zur Einstimmung empfehlen wir den Wanderführer aus dem Rother Verlag „Allgäu 2“. ISBN 978-3-7633-4542-7

## Allgemeine Anforderungen

- Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass Sie bei den angebotenen Touren weder unfall- noch haftpflichtversichert sind. Eine Mitgliedschaft beim DAV sowie eine Auslandsrankenversicherung werden empfohlen.
- Bitte geben Sie zu unserer Information bestehende Erkrankungen, die zu kritischen Situationen führen könnten, (z.B. Epilepsie, schwere Allergie etc.) an. Diese Information wird selbstverständlich vertraulich behandelt.
- Für die Teilnahme an allen Touren setzen wir voraus, dass Sie über solide Vorerfahrungen im Bergwandern und entsprechende Ausrüstung verfügen. Gleiches gilt für Schwindelfreiheit und Trittsicherheit.
- Bitte überlegen Sie sich vor der Anmeldung zu einer Tour genau, ob die angegebenen Anforderungen Ihrem konditionellen und bergtechnischen Niveau entsprechen. Die Leitung der Tour kann in diesem Fall vor Ort entscheiden, dass die Teilnahme unverantwortlich ist.
- Diese maximal mittelschweren Touren führen teilweise durch wegloses Gelände mit kurzen Kletterstellen im 1. Grad, täglich können bis 1.350 HM angestiegen werden. Bitte schätzen Sie Ihr Können im Vorfeld realistisch ein! Zur Einschätzung der Touren verwenden wir in diesem Fall die Skala des Schweizer Alpenclub, die eine bessere Differenzierung der Schwierigkeiten erlaubt.

## Zur weiteren Planung

- Ein Vortreffen ist für Donnerstag, den 16.05. um 18 Uhr vorgesehen. Der Ort wird noch bekannt gegeben.
- Die An- und Abreise ist selbst zu organisieren. Bitte bilden Sie Fahrgemeinschaften. Zudem wird ein gemeinsamer Bus bei genug Mitfahrer/innen angestrebt, sofern sich genügend Mitfahrer/innen finden.
- Anreise am **Montag, den 16.09.2024**
  - Anreise möglich bspw. über die A8 (Stuttgart) mit ca. 475 KM und mind. 5 Std.
  - Treffpunkt Montag, den 16.09.2024 um 10:00 Uhr zum Frühstück im Gästehaus (bitte in Wanderkleidung)
  - Im Anschluss können die Zimmer bezogen werden oder wir unternehmen die erste Wanderung
  - Eine Anreise am Sonntag, den 15.09.2024 ist ebenfalls möglich. Das Abendessen ist an dem Tag selbst zu organisieren. Bitte nehmen Sie in dem Fall Kontakt zur Kursleitung auf
- Die Abreise ist am **Freitag, den 20. September 2024**
  - Abreise nach dem Frühstück. Die Zimmer müssen bis 9:00 Uhr geräumt sein
  - Für Freitag ist keine Tour geplant – Eigeninitiative möglich
- Frühstück täglich um 08:00 Uhr – Im Vorfeld ein täglicher Impuls in der hauseigenen Kapelle (7:45 Uhr), jedoch flexible Gestaltung. Danach Abfahrt zu den Startpunkten der Wanderungen.
- Abendessen um 18:00 Uhr - abendliche Impulse nach Absprache. Für Donnerstag, den 19. September 2024 wird ein Abendessen in der Altstadt geplant.
- Einzelgespräche sind während der Wanderungen mit Diakon Schönberger stets möglich

- Ein gemeinsamer Gottesdienst in der Ortsgemeinde wird für Donnerstag, den 19. September 2024 geplant
- Bitte beachten Sie, dass ein Konsum von mitgebrachten Speisen und Getränken nicht erstattet ist. Gegen einen Aufpreis wird ein Lunch – Paket für unterwegs zusammengestellt. Hütten werden unterwegs angesteuert

### **Packliste**

Beigefügt erhalten Sie eine Hilfestellung für eine mögliche Packliste. Was Sie einpacken entscheiden Sie natürlich selbst, aber wir behalten uns vor, Sie nicht an der Tour teilnehmen zu lassen wenn Sie nicht über die notwendige Ausrüstung und / oder die gesundheitlichen Voraussetzungen verfügen. Laufen Sie nicht zu warm angezogen los. Bitte beachten Sie dabei auch stets das Gewicht vom Tagesrucksack bzw. die richtige Einstellung der Gurte. Dieser sollte die 8 KG Marke nicht übersteigen (inkl. Verpflegung).

- Tagesrucksack (mit Regenschutz)
- Eingelaufene Bergschuhe / Trekkingschuhe (evtl. Ersatzpaar)
- Wanderstöcke
- Lange oder kurze Trekkinghose
- Outdoorjacke / Softshelljacke / Daunenjacke
- Fleecepullover / Fleecejacke
- (Sport-, Merino-, Trekking-) T-Shirts
- Regenbekleidung (Regenhose oder Regenjacke)
- (Funktions-) Unterwäsche
- Wandersocken
- (dünne) Handschuhe
- (dünne) Mütze
- Badehose
- Saunahandtuch (Sauna im Haus vorhanden)
- Freizeitschuhe / Sandalen / Crocs
- Bequeme Freizeitbekleidung (Jeans, Jogginganzug, o.ä.)
- Sonnenbrille
- Sonnenschutz (Sonnenscreme)
- Hygieneartikel
- Erste Hilfe Set / Medikamente / Notfallkontakt / Trillerpfeife
- Taschenlampe
- Proviant / Getränke für unterwegs (evtl. auch an Hütten)
- Papiere (Ausweis, Krankenversicherung, DAV Mitgliedschaft, Führerschein, EC Karte, etc...)
- Mobiltelefon