

## Exerzitien unterwegs 2021 (Tour 2 • 5 Tage im September)

### Informationen vorab

Bei den

#### EXERZITIEN UNTERWEGS ...

... gehen wir einen äußeren Weg und können zugleich einen inneren beschreiten. Dieser Weg kann uns mehr zu uns selbst führen, innere Räume weiten und die Beziehung zu Gott intensivieren.

#### GEISTLICHE BEGLEITUNG

Thomas Bastar, ausgebildeter geistlicher Begleiter (GCL)

#### ELEMENTE

- persönlich und gemeinschaftlich unterwegs sein
- Zeiten des Schweigens
- Impulse für den Weg, Wahrnehmungsübungen in Natur und Stadt
- Gebet und Meditation
- persönliche Gespräche mit dem Begleiter (Angebot)

#### ZIELGRUPPE

Frauen und Männer, die an Gemeinschaft im Glauben und spirituellen Impulsen interessiert sind und die sich zutrauen, mal 12km im Flachland, aber auch einmal 23 km-Etappen zu gehen und dabei erhebliche Höhenmeter nicht scheuen.

Die Gruppengröße beträgt maximal 15 Personen.

#### KENNENLERNTREFFEN

Ein Vorbereitungs- und Kennlerntreffen findet in Hamburg Anfang August 2021 abends um 19.30 Uhr statt. Eine Einladung mit genauen Angaben folgt.

Wenn Sie zum ersten Mal an den Exerzitien unterwegs teilnehmen möchten, laden wir Sie gerne vorab zu einem persönlichen Informationsgespräch ein.

#### LEISTUNGEN

Hin- und Rückfahrt von/nach Hamburg, Unterkunft (EZ), Frühstück, Mittagspicknick, Abendessen im Kloster (nicht im Wasem-Hotel), Fahrtkosten zum Startpunkt bzw. zur Unterkunft, Gepäcktransport, Reiseleitung, geistliche Begleitung.

#### AN- UND ABREISE

- Hinfahrt** Sonntag, 19. September 2021  
ab Hamburg Hbf um 8.24 Uhr mit ICE 1173  
Ankunft in Ingelheim im Weinhotel Wasem um zirka 14 Uhr
- Rückfahrt** Freitag, 24. September 2021  
ab Kaub Bf um 14.23 Uhr  
Ankunft in Hamburg Hbf um 20.14 Uhr mit ICE 926



## REISEPLAN

- 1. Tag** (19.09.2021) Anreise von Hamburg nach Ingelheim, Weinhotel Wasem  
Ortserkundungen/ Einstiegsimpuls in den Weinbergen  
(2 Übernachtungen mit Frühstück, Abendessen à la carte).
- 2. Tag** (20.09.2021) 1. Etappe: Von Budenheim nach Ingelheim auf dem Jakobsweg.  
Mit dem Zug nach Budenheim und auf dem Jakobsweg zurück zum Hotel, zirka 12 km.
- 3. Tag** (21.09.2021) 2. Etappe: Von Ingelheim zur Abtei St. Hildegard (Rüdesheim) auf dem Jakobsweg,  
zirka 22 km  
(3 ÜN samt Frühstück und Abendessen im CVJM Tagungs- und Gästehaus in Kaub)
- 4. Tag** (22.09.2021) 3. Etappe: Von St. Goarshausen (Loreley) nach Kaub auf dem Jakobsweg, zirka 12 km.
- 5. Tag** (23.09.2021) 4. Etappe: Von Kaub übersetzen nach Bacharach auf dem Jakobsweg nach Niederheim-  
bach (11,5 km), zurück übersetzen nach Lorch, mit der Bahn nach Kaub oder optional zu  
Fuß.
- 6. Tag** (24.09.2021) Abschlusstag und Abreise nach Hamburg,

## UNTERKUNFTE FÜR 2 NÄCHTE

Weinhotel Wasem

[www.doppelstueck.com](http://www.doppelstueck.com)

## UNTERKUNFTE FÜR 4 NÄCHTE

CVJM Tagungs- und Gästehaus Elsenburg in Kaub

[www.haus-elsenburg.de](http://www.haus-elsenburg.de)

## KOSTEN

665 € pro Person EZ

## ANMELDUNG

Erzbistum Hamburg • Pastorale Dienststelle • zu Hd. Frau Bärbel Baumann, [baumann@erzbistum-hamburg.de](mailto:baumann@erzbistum-hamburg.de)

Weitere Informationen: Ursula Freese, [freese@erzbistum-hamburg.de](mailto:freese@erzbistum-hamburg.de), Tel. (040) 284 99 07 19