

Meditatives Wandern in den Ammergauer Alpen

Sechs Tage auf dem Meditationsweg im Naturpark Ammergauer Alpen



Ziel des Meditativen Gehens und Wanderns ist eine Rückbesinnung auf unsere natürlichste Art der Fortbewegung. Wir wollen unseren Körper in der Bewegung des Gehens bewusst spüren und dabei unsere innere Kraftquelle neu entdecken. Im bewussten Gehen endet alle Hektik, jedes Gefühl von getrieben sein. Das Ammtal und die unberührten Landschaften im Naturpark Ammergauer Alpen bieten sich förmlich an, „in sich zu gehen“. Unterwegs entdecken wir kraftvolle Orte und wollen mit Körper- und Atemübungen sowie meditativen Impulsen wahrnehmen, wie unser Körper damit in Resonanz geht.

1. Tag Von der Wieskirche nach Bad Bayersoien

Am Vormittag besuchen wir das Weltkulturerbe der UNESCO, die berühmte Rokokokirche „in der Wies“. Nach einer Besichtigung beginnen wir gut eingestimmt unsere Wanderung. Durch eine leicht hügelige Landschaft gehen wir nach Wildsteig und wollen hier unser Mittagspicknick einnehmen. Von hier führt uns der Weg weiter nach Bad Bayersoien. Nach dem Abendessen besteht noch die Möglichkeit zu einem meditativen Abendspaziergang um den Soier See. (ca. 13 km)

2. Tag Durch die Ammerschlucht nach Bad Kohlgrub

Wir beginnen den Tag mit einer morgendlichen Besinnung in der Pfarrkirche St. Georg. Anschließend wandern wir hinunter zur Ammerschlucht. Entlang der Ammerleite erreichen wir den nächsten Höhepunkt unserer Reise, den beeindruckenden Ammerdurchbruch Scheibum. Hier wollen wir unser Picknick genießen und dann weiter über Acheleschwaig und Saulgrub nach Bad Kohlgrub gehen. (ca. 15 km)

3. Tag In den Passionsspielort Oberammergau

Unsere Wanderung führt uns heute auf dem Wiesmahdweg zur Kappelkirche von Unterammergau. Nach einer Besichtigung wandern wir weiter nach Oberammergau. Hier wollen wir uns das Theater der weltberühmten Passionsspiele anschauen. (ca. 13 km)

4. Tag Über den Grottenweg zum Benediktinerkloster

Nach dem Frühstück besuchen wir die Pfarrkirche von Oberammergau zu einer besinnlichen Einstimmung. Wir gehen hinauf zur Kreuzigungsgruppe und anschließend vorbei an der Mariengrotte zum Keltenheiligtum Döttenbichl. Auf dem Vogelherdweg erreichen wir später das Benediktinerkloster Ettal, dessen barocke Basilika wir besichtigen wollen. (ca. 10 km)

5. Tag Zur königlichen Villa

Wir beginnen den Tag mit einer Einstimmung, verlassen das Klosterdorf und wandern vorbei an der Ettaler Mühle ins Naturschutzgebiet Weidmoos. Angezogen von einem grandiosen Blick auf die Ammergauer Alpen, folgen wir unserem Weg weiter zu den Ammerquellen. Auf dem Kohlbachweg nähern wir uns am Nachmittag allmählich dem Ziel unserer Wanderung, dem Park von Schloss Linderhof. Nach einer Führung im weltbekannten Jagdschloss von König Ludwig II., geht es zurück ins Hotel nach Ettal. (ca. 13 km)

6. Tag Zurück nach Hause

Nach dem Frühstück geht es auf den Heimweg.

Änderungen im Programmablauf vorbehalten

Ihr Reiseveranstalter:

Firma: Ammergauer Alpen GmbH

Rechtsform: GmbH

Handelsregistereintrag: HRB 154384 (AG Garmisch-Partenkirchen)

Geschäftsführer: Simon Bauer, Nicole Richter

Straße: Dorfstraße 3

PLZ/Ort: 82487 Oberammergau

Telefon: +49 (0)8822 92274-0 E-Mail-Adresse: info@ammergauer-alpen.de