



Einfach Gehen – Achtsamer werden

Auf Wegen der Jakobspilger im Rheinland



Ein sanfter Wanderweg mit vielen Sehenswürdigkeiten und weiten Blicken. Quer durch das niederrheinische Bördenland und durch das hügelige Vennland.

Vor uns liegen drei Tagesetappen von Kerpen nach Aachen. Wir gehen in kleinen Einheiten über den Tag verteilt. Du lernst Deine eigene Gehschwindigkeit kennen und erfährst, wie Du durch das Gehen zufriedener wirst.

Diese Reise bieten wir für Frauen und Männer an, die offen sind für einfache Selbsterfahrungs- und Gehübungen, die ihre Handlungsfähigkeit und Stressbewältigung verbessern möchten.

Unser Wochenende

Drei Tage aussteigen aus Deinem Alltag. **Unterwegs sein, mit leichten Gepäck. Dich erwarten neue Orte, Wege, Einsichten und Erfahrungen.** Stefan Höne, Pilgerbegleiter und Systemischer Berater leitet Dich an bei ganz individuell für diese Reise ausgewählten Selbsterfahrungseinheiten. Du benötigst nur einen Rucksack, ein Paar Wanderschuhe und warme Kleidung.

1.Tag) Dein Startpunkt ist am Stiftsplatz in Kerpen. Dort bekommst Du von mir wichtige **Informationen zum Pilgerleben** und dem Camino (Weg). Wir beginnen unseren Weg entlang des Neffelbachtals zum ersten Höhepunkt, dem prächtigen **Wasserschloss Bergerhausen**.

Golzheim ist ein **wirkliches Pilgerdorf**. Überall bekommen wir ein „Buen Camino“ und sogar eine private Stempelstelle ist ausgeschildert. Hier ist Mittagsrast eingeplant, bevor wir in Merzenich den **alten Wasserturm** aus dem 17. Jahrhundert erblicken. Am Stadtrand von Düren kannst Du die schöne, einfache Klosterkirche der KarmeliterSchwestern besuchen für eine **Stille Zeit**. Gegen 17:00 Uhr werden wir in unserem Düren Post Hotel sein.





2.Tag) Der Tag beginnt um 8:00 Uhr mit einem reichhaltigen Frühstück. Gegen 10:00 Uhr geht es aus dem urbanen Leben in den **Meroder Wald**. Um 13:00 Uhr ist unsere Mittagsrast. Dazu eignet sich die **Klosterruine Schwarzenbroich** sehr gut. Gegen 16:30 Uhr erreichen wir unser Tagesziel Schevenhütte, wo wir im Vichter Landhaus übernachten.

3.Tag) Der Tag beginnt um 8:30 Uhr mit einem guten Frühstück. Am Nachmittag überrascht uns Alt Breinig mit seiner wunderbaren Bruchstein- und Fachwerkbauweise, bevor wir vorbei an einer **römischen Tempelanlage** schon in der Ferne die **Abtei Kornelimünster** sehen. Wir besuchen die **Altstadt von**



Kornelimünster. Nun trennen uns nur noch wenige Kilometer von unserem Ziel. Ein schöner Pilgerweg führt Dich durch das **Marschierort direkt zum Aachener Dom**, dem Ziel Deiner Reise.



Tour Anforderung: Die Tour hat den Level 1- 2, meist fester Wald-, Feld- oder Teerboden, Distanz: circa. 20 Kilometer pro Tag, Gehzeit: 5 Stunden

Touren Level

Level 1: Pilgertouren diesen Levels haben mittlere Gehzeiten von circa drei bis vier Stunden bei nur geringen Höhenunterschied von etwa 100 bis 200 Meter und sind somit bestens für Wandereinsteiger geeignet.

Level 2: Pilgertouren diesen Levels haben mittlere Gehzeiten von fünf Stunden mit durchschnittlichen Höhenunterschieden von 400 bis 600 Meter. Mit normaler Kondition und einer gewissen Wandererfahrung gut zu schaffen.

Level 3: Die Gehzeiten liegen bei sieben Stunden und die Höhenunterschiede sind über 1000 Meter. Du bist wandererfahren und konditionsstark.

Anreise nach Kerpen

Kerpen liegt in Nordrhein-Westfalen, Deutschland. Die Stadt liegt im rheinischen Braunkohlerevier und in der Kölner Bucht nur wenige Kilometer westlich von Köln.

Anreise mit dem Auto: A 4 Köln - Aachen, Kreuz Kerpen, Ausfahrten Kerpen und Elsdorf, A 61 Mönchengladbach - Koblenz, Kreuz Kerpen, Ausfahrten Kerpen und Türnich

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Bahnstrecke Frankfurt - Köln - Aachen - Brüssel – Paris mit ICE und Thalys bis Köln Hbf oder Aachen Hbf, von hier weiter mit dem Regionalverkehr.

Mit S-Bahn und Regionalexpress sowie Regionalbahn bis Bahnhof Horrem, von hier mit Buslinie 920 bis Haltestelle Mähnsstraße sowie mit Buslinie 976 bis Haltestelle Kolping-Center, von hier drei Minuten zu Fuß.

Mit S-Bahn bis Bahnhof Sindorf, von hier mit Buslinien 920 bis Haltestelle Mähnsstraße.

Min. max. Gruppengröße zwischen 8 und 12 Personen.

Individuelle An- und Abreise. Mehrkosten einplanen

Weiter Infos: www.stefanhoene.de/allgemein/deine-packliste/



Deine Reise im Überblick

- Dauer:** 8.6.2019, 9:00 Uhr - 10.06.2018, 17:00 Uhr
- Treffpunkt:** 50171 Kerpen, Stiftsplatz
- Ziel:** 52064 Aachen Hbf, Bahnhofplatz
- Unterkunft:** Dürens Post Hotel, Landhaus Schevenhütte
- Etappen:** Kerpen - Düren - Schevenhütte – Aachen

Preis für eine begleitete Pilgerreise von Kerpen nach Aachen

Der Preis gilt für die komplette Reise pro Person

379,- € (inkl. DZ+ Früh., EZz 49,-€)

359,-€ bei Anmeldung bis zum 31.03.2019

Bring Deine Freundin oder Freund mit und Du bekommst für jede Person 10 % Rabatt auf deinen Reisepreis.

- Leistungen:** Professionelle Begleitung
- Einführung in das Pilgerleben
- Impulse, Meditationen, Entspannungseinheiten zum Thema: Stressbewältigung und Handlungsfähigkeit verbessern



Auf Wunsch - individuelles Coaching in persönlichen Lebens- und Arbeitsfragen

Auf Wunsch - Angebote zur Abendgestaltung

Individuelle Betreuung während der gesamten Reise



Information und Anmeldung:



Pilgern mit
Stefan Höne

Mobil: (+49) 152 319 626 05

E-Mail: info@stefanhoene.de

Internet: www.stefanhoene.de

Facebook: [Pilgern mit Stefan Höne](#)

Stand 29.11.2018 - Änderungen vorbehalten