

BERGEXERZITIEN

auf dem Karnischen Höhenweg

vom 21.-27.06.2026
Karnische Alpen

Programm: (Änderungen vorbehalten)

Wie unser Leben uns immer wieder mit gegensätzlichen Anschauungen konfrontiert, begegnet uns auch die Bergwelt auf dem Karnischen Höhenweg.

Er zieht sich auf hochgelegenen Bergpfaden entlang der Staatsgrenze zwischen Österreich und Italien im letzten Jahrhundert erbittert umkämpft und heute ein Symbol für friedliches Miteinander.

Wir gehen im Schweigen und mit Impulsen unseren eigenen inneren Graten entlang, unterstützt von neurokinetischen Übungen, die Verknüpfungen schaffen zwischen beiden Gehirnhälften. So gelingt es uns, unterschiedliche Sichtweisen auf unser Leben besser zu integrieren.

Start: 21.06.2026 Jugendherberge Toblach

Ende: 27.06.2026 Kloster Maria Luggau

Leitung:

Hans Peter Esch Pilgerleiter

Uli Krauß Exerzitien- und Wanderleiter



Kosten:

Kursgebühr pro Teilnehmer/in:
300 EUR

Eigene An- und Abreise
Übernachungskosten trägt jeder
Teilnehmer selbst vor Ort.
Übernachtung (Lager und
Mehrbettzimmer) mit Halbpension
in den Hütten:
ca. 70-85,- € pro Tag

Anmeldung:

Bitte bis **30.04.2026** unter



Anmelde- und Lehrgangsbedingungen
einsehbar in unserer Geschäftsstelle
oder auf unserer Website

DJK DV Augsburg
Don-Bosco-Platz 3 - 86161 Augsburg
Tel.: 0821-555353
Mail: info@djk-dv-augsburg.de
www.djk-dv-augsburg.de



Voraussetzungen:

Kondition für mittelschwere Wanderungen im Hochgebirge, bis zu
1.000 Höhenmeter in Auf- u. Abstieg,
Gehzeit bis zu sieben Stunden,
Trittsicherheit und Schwindelfreiheit,
Bereitschaft, einige Strecken schweigend zu gehen.