

Wandern & Focusing



Samstag, 13. Juni 2020

Von Stansstad über den Renggpas nach Hergiswil

Der Lopper war früher das Nadelöhr für den Sonntagabendverkehr zwischen den Waldstätten und Luzern. Wir wandern über den Lopper und schauen dem Verkehrstreiben von oben zu.

Da die Bergbahnen noch immer keine Touristen befördern, bleiben wir noch in tieferen Lagen, ohne jedoch das Bergerlebnis zu missen. Der Lopper ist der östliche Ausläufer des Pilatus und bietet eine eindruckliche Sicht sowohl in den Kanton Obwalden als auch auf den Vierwaldstättersee, umrahmt von der Rigi und dem Bürgenstock. Wir wandern auf einem historischen Weg durch ein Waldreservat mit grosser Pflanzenvielfalt.

Auf unserer Wanderung spüren wir der Resonanz zu den äusseren Wahrnehmungen in uns nach. Wir lassen uns von den neuen, oft überraschenden Einsichten über unser In-der-Welt-Sein berühren.

Treffpunkt: 09.50 Stansstad Bahnhof

Anreise öV

Luzern	ab	09.27	S4
Stansstad	an	09.43	

Programm

Wanderung von Stansstadhoch und vorbei am Haslihorn über den Renggpas und Brunni nach Hergiswil Matt.

Ca. 4 h Wanderzeit, Auf-/Abstieg 650m
(siehe Karte)

Unterwegs

- Einführung in Focusing
- Wahrnehmungsübungen
- Austausch zu zweit, in der Gruppe

Mittagsrast mit Verpflegung aus dem Rucksack

Abschluss in Hergiswil ca. 17.00 Uhr

Rückreise öV

Hergiswil Matt	ab	16:50	17.05	17.20
Luzern	an	17:02	17.17	17.32

Anmeldung

Bis 7. Juni per SMS an 079 619 95 19 oder eMail an hmuehlethaler@gmx.ch.
Bitte sende deine Mobil-Nr. für alle Fälle.

Wetter

Die Wanderung wird bei sehr schlechten Wetteraussichten am Vorabend bis 17 Uhr per SMS abgesagt.

Ausrüstung

- Bergschuhe
- Stöcke nach Bedarf
- Sitzunterlage empfohlen für die Austauschrunden an nicht immer trockenen Orten
- Picknick

Kosten

CHF 25.-, bitte den Betrag bar mitbringen

Kartenausschnitt zum Herunterladen:

<https://www.dropbox.com/s/rbg9fo3emdx49ap/Karte%20Hergiswil-Renggpas-Stansstad.pdf?dl=0>

Leitung

Hanspeter Mühlethaler
Falkenweg 10
4600 Olten
M 079 619 95 19

hmuehlethaler@gmx.ch
www.hpm-focusing.ch

Mariann Steinegger
Sälistrasse 89
4600 Olten

M 079 584 19 25

mariann_steinegger@hotmail.com

Allgemeine Hinweise

- Die Teilnehmerzahl ist gemäss aktuellen Pandemie-Vorschriften des BAG beschränkt.
- Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Voraussetzungen

- Bereitschaft für die ca. 4-stündige Wanderung.
- Neugier und Offenheit, sich auf den eigenen Prozess im Naturerlebnis einzulassen.

Nächste Wanderung - Samstag, 22. August– siehe auch www.hpm-focusing.ch

