



**mw**

**Maennerwelten.ch**



## Männer-Hike: Männerwelten unterwegs...

**3 Tage lang zu Fuss unterwegs, mit Zelt und Rucksack. Auf abwechslungsreichen Routen mit unterschiedlichsten Erlebnisräumen. Für Männer, die gerne in Bewegung sind, einen Hauch Abenteuer mögen und die Qualitäten einer Männer-Gemeinschaft schätzen.**

Die Tagesetappen bieten mit 15 bis 20 km genügend Raum und Zeit, um immer wieder anzuhalten, für Gespräche und ab und zu einem Beizenhalt, wenn es gerade passt.

Für dieses Jahr bewegen wir uns auf alten Römerwegen über dem Walensee, auf der Schweiz Mobile-Route 68. Diese sehr abwechslungsreiche Tour führt uns durch wunderschöne Landschaftsräume über den Kerenzerberg, den Walensee und das Seetal bis Bad Ragaz.

An den Abenden sitzen wir am Feuer im Kreis der Männer und sprechen über Gott und die Welt, Männer- und Frauenthemen und was uns sonst gerade beschäftigt.

Wir behalten uns vor, bei sehr schlechtem Wetter eine Alternativroute zu planen.

### **Für wen der Männer-Hike geeignet ist**

- Du hast Lust auf Bewegung und ein cooles Outdoor-Erlebnis mit anderen Männern
- Du willst die Qualität einer Männer-Gemeinschaft, die auch Tiefgang hat, kennen lernen
- Du suchst die Gelegenheit für ungezwungenen Austausch unter Männern
- Du bist unkompliziert, strapazierfähig und outdoorgeeignet oder möchtest es werden

# Kurzinfos

**Datum:** Freitag, 23.8.19 09.00 Uhr bis Sonntag, 25.8.19 ca. 17.00 Uhr

**Start:** Bahnhof Näfels-Mollis GL

**Ziel:** Bahnhof Bad Ragaz SG

**Essen und Schlafen:** Schlafen im Zelt, kochen am Feuer

**Mitbringen:** Gute Grundkondition: Du bist in der Lage, täglich rund 15-17 Kilometer mit Höhendifferenzen zu Fuss und mit Gepäck zu gehen. Du bekommst von uns eine ausführliche Packliste, damit du optimal vorbereitet teilnehmen kannst.

Darüber hinaus Bereitschaft für einfaches und unkompliziertes Zusammenleben, Lust auf inneres Wachstum, die Begegnung mit dir selber und mit anderen Männern

**Gruppengrösse:** max. 10 Männer

**Kosten:** Frühbucherpreis CHF 150.00 bis 30.4.19, danach CHF 200.00 inkl. einfaches Frühstück und Abendessen

**Leitung:**

Hannes Hochuli, Männer-Blogger, Projektleiter, Coach und Achtsamkeits-Trainer  
Ruedi Mumenthaler, Männer-Blogger, Direktor einer NGO und Lehrbeauftragter

**Anmeldung** per Mail oder Telefon:

**Maennerwelten.ch**

Hannes Hochuli  
Hinterdorfstrasse 23  
CH-8753 Mollis GL  
Mobil +41 79 523 00 56  
[hannes@maennerwelten.ch](mailto:hannes@maennerwelten.ch)  
[www.maennerwelten.ch](http://www.maennerwelten.ch)

