

# Wie

## Das Mindset verändern mit Hilfe von Natur und Achtsamkeit

Ziel der Wanderung ist es, die lärmenden Gedanken des Alltags abzuschalten und Harmonie und Frieden in sich zu spüren. Die beeindruckende Natur und Elemente der Achtsamkeit unterstützen das innere Auftanken.



# Gipfelglück Grünten

Weitblicke vom Wächter des Allgäu

## Erkenne Deine Möglichkeiten

**Mittwoch 10.00 - 16.00 Uhr**

# Wer

## Wanderer mit Interesse an Achtsamkeit

Für alle die aus dem Stressmodus des Alltags heraus wollen und Frieden und Harmonie in sich spüren wollen in einer eindrucksvollen Landschaft

glückhoch3



**Caroline**

Bewusstseinscoach ® & DWV-Wanderführer ®  
[www.glueckhoch3.de](http://www.glueckhoch3.de)

# Was

## Sportliche lohnenswerte Tour für Gipfelstürmer und Weitblicker

Auf steilen Pfaden zum Grünten. Brotzeit und Gipfelgenuss mit Rundumblick über das ganze Allgäu. Rückweg über Kalkhöf Alpe mit gemeinsamer Einkehr in Landschaftsidylle pur

# Voraussetzungen

## mittlerer Schwierigkeitsgrad

für sportliche Wanderer  
Kondition erforderlich für 720 hm  
und 7,5 km Gesamtstrecke  
Trittsicherheit für unbefestigte Pfade  
Gehtempo moderat  
steile Anstiege



# Tourdaten

**Gehzeit** 4h 30 min

Gesamtdauer 6h 00 min

**Streckenlänge** 7,5 km

Höhenmeter 720 hm Auf- & Abstieg

# Treffpunkt

## Parkplatz Kammeregg Alpe

Kammeregger Weg 12  
87549 Rettenberg (Parkgebühr: 3 Euro)

## Brotzeit und Getränke mitbringen

für Gipfelpause

glückhoch3



**Caroline**

Bewusstseinscoach ® & DWV-Wanderführer ®  
[www.glueckhoch3.de](http://www.glueckhoch3.de)

# Anmeldung/ Termine

Anmeldung bis 12 Uhr am Vortag

0176 806 44 801

[info@glueckhoch3.de](mailto:info@glueckhoch3.de)

[www.glueckhoch3.de](http://www.glueckhoch3.de)

**30 Euro** (ab 4 Teilnehmer)