

## MEN ON A TRAIL 30.09 – 03.10.2021

### Bergauszeit für Männer



#### **Dein Tempo finden**

Die Bergwelt der Allgäuer Alpen ist ein wunderbarer Naturraum für persönliches Wachstum. Erholung, Ruhe, Bewegung, Neugier, Gespräche, Genuss, Leichtigkeit. Wir geben dir die Möglichkeit, ein paar Tage aus der Rush-Hour von Karriere- und Lebensplanung auszusteigen. Wenn du dich von einer dieser Fragen angesprochen fühlst, bist du bei uns gut aufgehoben.

- Du brauchst Abstand und willst Druck rausnehmen?
- Du suchst Impulse für deinen nächsten beruflichen Schritt?
- Du befindest dich in einer herausfordernden Situation?
- Du möchtest dich neu orientieren und die Richtung ausloten?
- Du willst einfach mal wieder unter Männern eine gute Zeit haben?

#### **Komm in deine Kraft**

- Kurzwanderungen
- 1-2 Tageswanderungen
- 1-2 halbtägige Wanderungen
- Achtsamkeits- und Entspannungsphasen
- Gesprächs- & Reflexionsangebote

#### **Dein Gewinn**

Eine selbstbestimmte Auszeit für dich, dein körperliches und seelisches Wohlbefinden. Mehr Klarheit in deinem Thema durch Feedback aus der Gruppe.

#### **Zielgruppe und Organisation**

Für alle Männer, egal in welcher beruflichen Position oder privaten Situation. Du bist herzlich willkommen. Erfahrung im Bergwandern ist keine Voraussetzung. Ich führe dich sicher rauf und wieder runter. Die Übernachtung findet in Mehrbettzimmern statt. Die An- und Abreise wird in Eigenregie koordiniert.

## Anmeldung

Name, Vorname \_\_\_\_\_

E-Mail, Telefon \_\_\_\_\_

- **Herbst `21 30.09. – 03.10.2021**  
**Do, 15 Uhr – So, 13 Uhr**

Infogespräch, erstes Kennenlernen (Spaziergang oder Telefon/Video-Call)

### Preis

- 595 €

Die Teilnahmegebühr ist spätestens 10 Tage vor Beginn ohne Abzug zu zahlen. Die gesetzliche Mehrwertsteuer ist bereits inkludiert. Im Preis ist das Coaching-Honorar, Tourenplanung, Übernachtungskosten inkl. Halbpension und kleine Brotzeit enthalten. Abendgetränke sind Eigenleistungen.

### Abmeldung/Storno

Bitte informiere uns rechtzeitig, falls du nicht teilnehmen kannst. Bis vier Wochen vor Start kannst du kostenfrei stornieren. Bei Stornierung zwei Wochen vor Beginn berechnen wir 50 Prozent der Teilnahmegebühr. Bei späterer Abmeldung wird der gesamte Preis berechnet. Keinerlei Kosten entstehen, wenn du rechtzeitig einen Ersatzteilnehmer benennst.

### Absage

Wir behalten uns vor, die Veranstaltung aus wichtigem Grund – insbesondere bei Erkrankung der Seminarleiter, Änderungen im Zuge der **COVID-19 Kontaktbeschränkungen** oder bei zu geringer Teilnehmerzahl – bei voller Erstattung des Teilnahmepreises - abzusagen.

**Ort, Datum**

**Unterschrift**

-----

## Informationen

### COVID-19: Umgang mit den Kontaktbeschränkungen und Schutzmaßnahmen

Wir orientieren uns an den jeweils aktuell gültigen Regelungen zur Unterbringung von Gruppen im Hotel- und Gaststättengewerbe, bundesweit und in Bayern. Wir unterstützen die 2G-Regelung (geimpft oder genesen). Auch mit einem tagesaktuellen PCR-Test bist du herzlich willkommen. Die Teilnahme geschieht grundsätzlich unter eigener Verantwortung und eigenem Risiko.

#### Hotel/Gasthaus

Bergsteigerhotel Grüner Hut  
Talstraße 97  
87541 Bad Hindelang/Hinterstein

#### Anreise

Wir unterstützen gerne bei der Bildung einer Fahrgemeinschaft. Wenn Du daran interessiert bist, gib uns bitte das Einverständnis zur Weitergabe der persönlichen Daten an andere Teilnehmer (Name, E-Mailadresse).

- Ich bin mit der Weitergabe meiner persönlichen Daten einverstanden
- Ich bin mit der Weitergabe meiner persönlichen Daten **nicht** einverstanden

#### Mit dem PKW

- Aus Richtung Norden: A7 bis Kempten - B19 bis Sonthofen - B308 nach Bad Hindelang
- Aus Richtung Süden über München: A96 bis Buchloe - B12 bis Kempten - B19 bis Sonthofen - B308 nach Bad Hindelang

#### Mit der Bahn

Der Zielbahnhof ist Sonthofen, von dort geht es weiter mit dem Linienbus 48 nach Bad Hindelang. Am Busbahnhof Bad Hindelang steigt Ihr um in die Linie 49 nach Hinterstein.

Die aktuellen Fahrpläne für den Linienbus findet ihr hier:

<https://www.badhindelang.de/gut-zu-wissen/service/busfahrplan.html>

#### Bankverbindung

Oliver Schwenner  
Deutsche Kreditbank AG  
IBAN: DE42 1203 0000 1001 3154 39

## Ausrüstung

Damit du für die Tage in den Bergen gut gerüstet bist, hier einige Tipps für die passende Kleidung und Ausrüstung.

### Indoor

- Bequeme Kleidung
- Haus- oder Turnschuhe
- Evtl. Ohrstöpsel für ruhige Nächte ;-)

### Outdoor

- Tagesrucksack
- Trekking- oder Wanderschuhe
- Trekking- oder Wanderhose
- Trekkingstöcke
- Trinkflasche
- Kleidung für das Zwiebelprinzip (1. – 3. Schicht)
- Wind- und wasserabweisende Jacke
- Kopfbedeckung
- Sonnenbrille
- Sonnencreme
- Stirn- oder Taschenlampe

### Kontakt für Rückfragen

Oliver Schwenner

Fon: +49 176 80 52 79 75

[kontakt@oliverschwenner.de](mailto:kontakt@oliverschwenner.de)

[oliverschwenner.de](http://oliverschwenner.de)

