

# „Spür dich“ - Kraft tanken auf der Alm

3 oder 6 Tage auf Selbstversorgerhütte im Lungau 13. - 18. Juli 2020

# Lebendig



## Liebe Teilnehmerinnen, Ihr wunderbaren Frauen!

Ich freue mich auf unsere gemeinsame Zeit auf der Alm im wunderbaren Tal wo die Mur entspringt!

Die Selbstversorgerhütte ist einfach ausgestattet. Das Wasser kommt von der Quelle, es ist kein Strom vorhanden und auch kein Handy- oder WLAN-Empfang. Dies macht es uns einfach mal richtig weg vom Alltag zu sein. Es gibt drei Doppelzimmer, einen gemütlichen Holzofen in der Küche und einen Holzlagerraum. Wir kochen miteinander. Ich habe alles mit dabei.

**Treffpunkt:** Erwünscht sind natürlich Fahrgemeinschaften. Im Lungau treffen wir uns direkt vor der Gemeinde Muhr (5583 Muhr, Vordermuhr 5). Dort ist auch ein kleines Nationalparkmuseum (M)ursprung mit freiem Eintritt! Ihr werdet dort abgeholt und wir fahren gemeinsam ca. 10 km zur Hütte hinauf.



**Packliste:** Rucksack, Hüttenschlafsack oder warmer Schlafsack, Wanderschuhe (wer eine weitere Tour Weißeck gehen will bitte unbedingt hohe Wanderschuhe anziehen), Hausschuhe, Stirn- oder Taschenlampe, Regenjacke, warme Kleidung (vor allem für den Abend), Toiletsachen (das Nötigste reicht), kleines Handtuch, Trinkflasche, Kopfbedeckung, lange und kurze Hose, 2-3 T-Shirts, Pulli, Jacke, wenn du willst, Sitzunterlage und vielleicht magst du dir für dich auch ein paar Gedanken notieren, dann natürlich Notizbuch und Schreibzeug. Wer gerne eine Jause für die Wanderungen mitnehmen will – gerne.

Sollten noch Fragen offen sein, dann bitte einfach anrufen. Ich freue mich sehr auf diese gemeinsamen Tage.

Herzliche Grüße und bis bald, Eure Marion

## Anmeldung verbindlich: „Spür dich“ - Kraft tanken auf der Alm

<input type="radio"/> 13. bis 15. Juli 2020, 3 Tage Montag 8:00 bis Mittwoch 18:00 Uhr	(3 Tage A)	Zahlung bis 31.05.2020 € 220,00
<input type="radio"/> 16. bis 18. Juli 2020, 3 Tage, Donnerstag 8:00 bis Samstag 18:00 Uhr	(3 Tage B)	Zahlung bis 07.07.2020 € 290,00
<input type="radio"/> 13. bis 18. Juli 2020, 6 Tage, Montag 8:00 Uhr bis Samstag 18:00 Uhr	(6 Tage C)	Zahlung bis 31.05.2020 € 360,00 Zahlung bis 07.07.2020 € 430,00

Bitte vollständig ausfüllen:

Vor- u. Familienname  3 Tage A  3 Tage B  6 Tage C

E-Mail  Telefon

PLZ, Ort  Straße, Hausnummer

Anreise mit dem Auto: Von Salzburg Tauernautobahn A10 Richtung Villach bis Ausfahrt St. Michael, dann über Muhrer Landesstraße nach 5583 Muhr (146km, 1:40 h) oder mautfrei über Obertauern, Abfahrt Radstadt (160km, 2:00 h) nach St. Michael.

**Haftungsausschluss:** Ich trage als Teilnehmerin dieser Veranstaltung die Verantwortung für mein Verhalten, für meine Gesundheit und für mein Eigentum während der gesamten Zeit. Ich bin psychisch und physisch in der Lage daran teilzunehmen. Für Unfälle wird nicht gehaftet. Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich diese Bedingungen. Ich akzeptiere die Verarbeitung meiner persönlicher Daten durch den Veranstalter als auch die gruppeninterne Weitergabe zwecks Fahrgemeinschaften.

Ort, Datum  Unterschrift (Gelesen & akzeptiert)

„Spür dich“ - Kraft tanken auf der Alm · Marion Stiegler BA · Pädagogik · Musik · Abenteuer · +43 660 682 49 70  
Raika Neumarkt IBAN AT83 3502 1000 0128 2508 · lebendig.stiegler@gmail.com · Für Unfälle wird nicht gehaftet!