

Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg

Highlights am Weg, Mi., 2. Okt. – So., 6. Oktober

Unterkunft: Erlebniszentrum Bannmühle, Odernheim (Infos auf S. 2 beachten!)
Wanderungen: Die Highlights am Hildegardweg
Distanzen: **20,2** (Tag 1) + **20,1** (T 2) + **24,0** (T 3) + **10,7** (T 4) = **75,0 Km** gesamt

Das Naheland ist Hildegardland, hier hat die berühmteste Frau des Mittelalters gewirkt. Den Spuren ihres Lebens folgt der „**Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg**“. Er führt Wanderer von Idar-Oberstein 137 km bis zur Abtei St. Hildegard in Rüdesheim. Im Herbst picken wir uns wieder einige „Rosinen“ auf dem Weitwanderweg heraus.

Anreisetag: Individuelle Anreise zur Bannmühle bis spätestens 16.30 Uhr; Einchecken. Gegen 16.45 schlendern wir zum „Hildegard-Stübchen“ im nahen Dorfladen Odernheim. Dort präsentiert uns Ulrike Lindemann erste Einblicke in das Leben der Heiligen.

Pilgertag 1: Mit PKW bis Hochstetten-Dhaun, von dort per Taxi-Bus nach Niederhosenbach. Zu Mittag sind wir in Kirn, am Nachmittag am spektakulären Skywalk in St. Johannisberg. Nach dem Abstieg zu den PKW fahren wir in Fahrgemeinschaften zur Bannmühle zurück.

Pilgertag 2: Per PKW und Zug (ab Bad Sobernheim) gelangen wir nach Hochstetten-Dhaun. Wanderung auf dem Pilgerweg über Simmertal und Weiler zur Mittagsrast in Monzingen. Am Nachmittag erreichen wir Bad Sobernheim, von dort geht es mit PKW zur Bannmühle.

Pilgertag 3: Transfer mit Privat-PKW in Fahrgemeinschaften nach Sponheim. Anschließend Wanderung über Braunweiler und Dalberg zur Dalburg (Mittagspicknick). Die Tour endet in Stromberg. Von dort per Taxibus zurück zu den PKW und zur Bannmühle.

Pilgertag 4: Am Morgen zu Fuß nach Staudernheim, mit dem Zug nach Bad Sobernheim. Von dort zu Fuß auf den Disibodenberg, den uns Ulrike Lindemann lebendig vorstellt. Danach geht es zu Fuß zum gemeinsamen Kaffeetrinken in die Bannmühle; dann Heimreise.

Folgende Leistungen sind im **Komplettpreis (409 Euro p.P.)** enthalten:

- Qualifizierte Begleitung durch Wolfgang Blum und sein Team
- 4 Übernachtungen in Zwei- oder Mehrbettzimmern im Tagungshaus Bannmühle
- Großzügiges Frühstück und Lunchpaket für unterwegs an allen vier Wandertagen
- Abendessen Mittwoch, Donnerstag, Freitag (Grillen) und Samstag in der Bannmühle
- Kurzvortrag im Hildegard-Stübchen (2.10.) und Führung Disibodenberg (6.10.)
- Gemeinsames Kaffeetrinken zum Abschluss am 6. Okt. im Tagungshaus Bannmühle
- Mineralwasser, Schorle, Schokoriegel, Obst an allen Wandertagen
- Bus- und Zugtransfers an allen Tagen
- Pilgerbuch, -broschüre und -pass für jeden Teilnehmer

Die **Teilnehmerzahl** bei dieser Tour ist auf maximal **14 Pilgerwanderer** limitiert.

Die **Anmeldung** wird gültig bei **Einzahlung** von **409 Euro p.P.** auf Konto **Wolfgang Blum** bei Rheingauer Volksbank, BIC: GENODE 51 RGG, IBAN: **DE73 5109 1500 0000 0414 08**, Stichwort: **Hildegardweg + Vor- und Zuname**

Bitte zeitgleich ein Mail an blum.geisenheim@t-online.de mit kompletter **Adresse** senden. Darin außerdem **Geburtsdatum** und **Handynummer** (ersatzweise Festnetz) angeben.

Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg

Bekleidung am Körper (je nach Wetter)

- Kurze / lange Wanderhose
- T-Shirt
- kurz- / langärmeliges Hemd
- Knöchelhohe (gut eingelaufene!) Trekking- / Wanderschuhe
- Sonnenmütze und Wanderstöcke (optional)

Ausrüstung im Tagesrucksack

- T-Shirt (zum Wechseln), Sweat-Shirt (zum Wechseln)
- Lange Wanderhose (eventuell mit Beinen zum Anzippen an kurze Hose)
- Langärmeliges Hemd (zum Wechseln)
- Fleece-Jacke
- Regenjacke / Regenschirm (wenn Regen angekündigt)
- 1,5 bis 2 Liter Getränke zum Start
- Müsliriegel / Schokolade / Kraftriegel / Obst (je nach persönlichem Geschmack)
- Pflaster / Salben (nach individueller Erfahrung)

Das **Erlebniszentrum Bannmühle** ist eine ehemalige Mühle direkt an einem Wehr des Glan. Die Räume sind einfache Mehrbettzimmer, sie werden mit maximal 3 Personen belegt. Alle Zimmer verfügen über eigene (z.T. einfache) Sanitärräume, Luxus wird nicht geboten. **Wer mitwandern will, muss akzeptieren, dass er das Zimmer mit Anderen teilt.**

Die Vier-Tages-Tour auf dem Pilgerwanderweg ist eine **spirituelle Pilgerwanderung**. Die Gruppe bleibt während der Tour geschlossen beieinander und findet sich unterwegs an Rastpunkten immer wieder zusammen. Es geht nicht darum, der Schnellste zu sein, sondern vor allem darum, dass wir zu einer Pilgergruppe zusammenwachsen, in der das gemeinsame Wandererlebnis und die spirituelle Hinwendung zu Hildegard im Vordergrund stehen. Dabei ist **offene Hilfsbereitschaft** und **gegenseitige Rücksichtnahme** selbstverständlich.

Teilnehmen können **nur gut trainierte Wanderer**, für die längere Tagestouren (**bis 24,0 km**) mit kurzen, zum Teil aber steilen An- und Abstiegen kein Problem darstellen. Wer unterwegs abrechen will, muss selbst für seine Rückkehr sorgen (Taxi). Die **Teilnehmer** erklären mit ihrer Anmeldung, dass sie **körperlich fit und gesund** sind.

Die Tour auf dem Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg findet bei jedem Wetter statt. Witterungsextreme können Änderungen im Ablauf notwendig machen, solche Änderungen bedingen keinen Anspruch auf Minderung des Reisepreises.

Sagt ein Teilnehmer **bis 7. Aug.** (8 Wochen vor Beginn) ab, werden **309 Euro** rückerstattet, bei Absage bis **4. Sept.** (4 Wochen vorher) **209 Euro** – auch wenn ein Nachrücker bereitsteht. Bei späterer Absage oder Nichterscheinen **verfällt der Anspruch auf Erstattung**.

Abmeldungen sind **ausschließlich** per Mail an **blum.geisenheim@t-online.de** zu richten, ein **interner Startplatztausch** ist aus organisatorischen Gründen **nicht möglich**.

Wir freuen uns auf die Pilgerwanderung auf ausgesuchten Etappen des Hildegardweges mit Euch.

Ute und Wolfgang