

# Die KAB Hallstadt

## lädt herzlich ein zum

## Vortrag



Bild: Michael Zeck

### *„Faszination Alpenüberquerung“*

### *Selbstfindung - gestärkt zurück in den Alltag*

**am 11. Oktober 2017 - 20.00 Uhr  
ins Pfarrheim St. Kilian, 96103 Hallstadt**

**Referent:** Michael Zeck, Kreisverbandsvorsitzender KAB Bamberg-Land

### **Information beim**

KAB Bildungswerk Bamberg, Ludwigstr. 25 - Eingang C, 96052 Bamberg,  
 0951 / 9 16 91-0 **oder** [www.kab-bamberg.de](http://www.kab-bamberg.de) **oder** per E-Mail an  
[info@kab-bamberg.de](mailto:info@kab-bamberg.de)

**Veranstalter:**

**KAB Hallstadt**

in Kooperation mit dem

**KAB Bildungswerk Bamberg**



# *„Faszination Alpenüberquerung“*

## *Selbstfindung - gestärkt zurück in den Alltag*

Zu Fuß über die Alpen - zwei Wochen unterwegs von Hütte zu Hütte in einer faszinierenden Bergwelt - Begegnungen mit der alpinen Pflanzen- und Tierwelt, den Einheimischen der unterschiedlichen Alpenregionen und anderen Bergwanderern.

Über seine Erfahrungen und wie ein solches Erlebnis die eigene Person verändert, berichtet Michael Zeck in seinem Vortrag. Im Anschluss können sich Interessierte mit dem Referenten über Planung, Organisation und persönliche Erlebnisse austauschen.

Lassen wir den Referenten vorab schon mal zu Wort kommen:

Ich wandere für mein Leben gern. Beim Wandern bin ich der Natur so nah und kann mich so schnell entschleunigen, wie bei keiner anderen Fortbewegungsart oder Freizeitaktivität. Die landschaftlichen Reize und leisen Töne der Natur ersetzen die alltäglichen Reize wie Computer, Musik, Fernsehen, ständige Erreichbarkeit und Betriebsamkeit, Straßenlärm und Menschenansammlungen. Die Langsamkeit und Natürlichkeit wirkt auf mich meditativ. Wandern ist mobile Meditation!

Das Fernwandern gilt als die Königsdisziplin des Wanderns. Sie ist auch unter dem Begriff Weitwandern bekannt und bezeichnet eine mehrtägige oder mehrwöchige Tour, bei der man jede Nacht an einem neuen Ort schläft. Im Laufe der Zeit überbrückt man große Strecken. Ganze Länder können per pedes durchquert und kennengelernt werden.

„Was ich nicht erlernt habe, das habe ich erwandert“, sagte schon Goethe.

Beim Fernwandern komme ich meinem Ideal eines minimalistischen Lebens am nächsten. Alles, was ich in den Wochen unterwegs benötige, passt locker in einen Rucksack. Alles, was ich in dieser Zeit zu tun habe, ist mich fortzubewegen, mich zu (ver)pflügen, eine Bleibe für die Nacht zu finden und mich hin und wieder bei meinen Lieben zuhause zu melden. Obwohl ich also kaum etwas bei mir habe, fehlt es mir an nichts. Ich fühle mich reich wie ein Scheich und zugleich frei wie ein Vogel. Diese Erfahrung lehrte mich, auch nach der Rückkehr einfacher zu leben und mich wieder mehr den wirklich wichtigen Dingen zu widmen.

*Michael Zeck*

Michael Zeck  
Referent

