

Pray&Hike
vom 15.-22. April 2023

Allgemeine Information:

Im April diesen Jahres wollen wir, das sind Tomasz Kruszewski (Kaplan in der Pfarrei St. Jakobus, Frankfurt) und Hanna Schäfer (Pastoralreferentin in der Pfarrei Heilig Geist Goldener Grund/Lahn) mit euch eine Challenge in den hohen Bergen Polens starten.

Mit einer kleinen Gruppe Jugendlicher und junger Erwachsener von 16-25 Jahren wollen wir in der Hohen Tatra in Polen das Wandern mit geistlichem Programm verbinden - "Pray&Hike".

Grober Tagesablauf:

7:00 Uhr: Aufstehen

7:30 Uhr: Frühstück und Einpacken von Proviant für unterwegs

ab 8:00 Uhr: Streckenbeginn (Streckenlänge: 3-5 Stunden reine Gehzeit)

nachmittags/abends:

- ⇒ Ankommen an der nächsten Herberge
- ⇒ Nachbereitung (Duschen, Gepäck sortieren, Kleidung wechseln, ausruhen)
- ⇒ anschließend: ausgiebiges Abendessen
- ⇒ Inhaltlicher Austausch zu einem Thema
- ⇒ Heilige Messe
- ⇒ Freizeit/gemütliches Beisammensein

Kosten:

Die Kosten belaufen sich auf **350€ pro Person**. In diesen Kosten ist bereits eine Versicherung für die Bergwacht/Transport bei möglichen Unfällen enthalten, An- und Abreisekosten sowie Verpflegung und Übernachtung.

Die Kosten sind **bis Freitag, den 10. März** auf das unten stehende Konto zu verrichten. Bitte trage bei Verwendungszweck deinen Namen sowie „Polen 2022“ ein.

Bankverbindung der Pfarrei Heilig Geist Goldener Grund/Lahn

Pfarrei HEILIG GEIST Goldener Grund | Lahn

Volksbank Rhein-Lahn-Limburg

IBAN: DE95 5709 2800 0011 0458 04

Notwendige Ausrüstung:

- mind. 30l Rucksack, Gesamtgewicht max. 10kg (inklusive Wasser)
- hohe gute Wanderschuhe
- Camelpack/Trinkschlauch von mind. 3 Litern
- Bsp. Kleidung für eine Woche wandern: 3 T-Shirts/2 Hosen/3x Unterwäsche (am Ruhetag wird gewaschen); Schichtsystem: regenfeste Jacke/Regenponcho und Midlayer
- Hüttenschlafsack
- 1 Handtuch
- Flipflops/Badelatschen
- Kopfbedeckung
- Hygieneartikel in kleinen Mengen

Du hast Lust und Zeit mit dabei zu sein? Dann melde dich bis spätestens Freitag, den 3. Februar 2023 verbindlich per Mail an h.schaefer@pfarrei-heilig-geist.de oder t.kruszewski@stjakobus-ffm.de