

Mi.: 02. Juni 2021: Wanderung am Main

Wir starten am Bahnhof in Kostheim und wandern entlang des Rheins, ab Main-Mündung neben dem Main bis zur Schleuse. Der Rückweg verläuft auf der anderen Seite des Mains. Die leichte Strecke endet um 17:30 h am Bahnhof.

Länge der Strecke: 9 km

Treffpunkt: 15:00 Uhr, Bhf. MZ–Kostheim

Kontaktperson: Egbert

Mi.: 07. Juli 2021: Binger Rochusberg

Wir gehen vom Bahnhof in Bingen Stadt zum Rochusberg. Dort entdecken wir einen Kraftort mit schöner Aussicht auf den Rhein mit seinen Inseln. Die angenehme Ruhe lädt zum Energietanken ein. Die mittelschwere Tour, mit einem Höhenunterschied von 110 m, endet um 17:30 Uhr am Bahnhof in Bingen-Stadt.

Länge der Strecke: 8 km

Treffpunkt: 15:00 Uhr, Bingen Stadtbahnhof

Kontaktperson: Egbert

Mi.: 04. August 2021: Das Binger-Loch

Wir erkunden das Rhein-Nahe-Eck und gehen rund ums Binger-Loch. Der Blick ist atemberaubend. Es bietet sich Zeit zum Entspannen, denn hier können wir die Seele baumeln lassen. Die leichte Strecke endet um 17:30 Uhr am Hauptbahnhof in Bingen.

Länge der Strecke: 6 km

Treffpunkt: 15:00 Uhr, Bingen Hauptbahnhof.

Kontaktperson: Egbert

Sa.: 18. Sept. 2021: Hiwweltour-Stadecker Warte

Die Hiwweltour beginnt in Stadecken an der Ehrensäule und von da aus gelangen wir recht schnell im teilweise renaturierten Saubachtal. Von den Saubachwiesen geht es langsam ansteigend in die Weinberge mit Rastmöglichkeiten am Pavillon und an der Stadecker Warte. Zwischendurch geht es durch kleine Wäldchen und dann an einem alten Friedhof vorbei, zurück nach Stadecken-Elsheim zu unserem Ausgangspunkt.

Die Tour ist nicht schwer.

Länge der Strecke: 11,4 km

Treffpunkt: 11:00 Uhr, Bushaltestelle Stadecken-Elsheim, Ehrensäule

Kontaktperson: Lucia

Mi.: 06. Oktober 2021: Binger-Wald

Wir starten am Hbf. und wandern zum Forsthaus Heilig-Kreuz. Die Tour ist mittelschwer, da ein Anstieg von 208 m absolviert werden muss. Die Wanderung endet um 17:30 Uhr am Binger Hauptbahnhof.

Länge der Strecke: 8 km

Treffpunkt: 15:00 Uhr, Bingen-Hbf.

Kontaktperson: Egbert

Mi.: 03. November 2021: Ober-Olmer Wald

Wir wandern 1,5 - 2 Stunden durch den Ober- Olmer Wald

Länge der Strecke: ca. 6 km

Treffpunkt: 15:00 Uhr Parkplatz am Forsthaus Ober-Olm.

Kontaktperson: Egbert

Mi.: 01. Dezember 2021: Jahresabschluss

Wir gehen den Panoramaweg in Ingelheim mit anschließendem Jahresabschluss und Rückblick auf die erfolgten Aktivitäten 2021 und Blick auf 2022.

Weitere Infos folgen.

Kontaktpersonen: Lucia/ Egbert

Unser Ziel:

Wir wollen mit guten Gesprächen und einem erforderlichen Gedankenaustausch „**Neue Wege gehen, gegen die Depression**“. Jede/r ist in unserer Selbsthilfegruppe willkommen und kann in Eigenverantwortung an den Wanderungen und Gesprächen teilnehmen.

Anmeldungen bitte an Egbert

Telefon: 0176-50029232 oder

E-Mail: neuewegegehen@mail.de