

# Meditative Sonnenuntergangs-/Vollmondtour mit Schneeschuhen

## Die Tour - Egg Sz - Feusisberg

Meditative Schneeschuhtour am Sihlsee. Bei guter Sicht Ausblick auf den Zürichsee in voller Länge, Sihlsee, Greifensee, Pfäffikersee, daneben Säntis, Churfürsten, Glarner Alpen, die Mythen, Pilatus etc. Die Route führt von Egg Sz nach St. Meinrad, wo wir die grosse Rundumsicht geniessen können. Dann laufen wir auf den Etzel, von dort steigen wir nach Feusisberg ab.

Wir gehen grösstenteils im Schweigen und machen ein paar meditative Uebungen im Freien.

Reine Wanderzeit: ca. 2.0 – 2.5 h, je nach Schneebedingungen

Aufstieg: ca. 300 m, Abstieg: ca. 300 m. Maximale Höhe ca. 1200 m.

Sonnenuntergang ca. 17:50, Mondaufgang ca. 17:45.

## Treffpunkt / Endpunkt

Treffpunkt ist Egg Sz, Postplatz 19:02. Achtung: dies ist keine Rundtour, daher mit OeV anreisen, z.B. Zürich ab 17:43.

Endpunkt ist Feusisberg Gemeindehaus. Rückfahrtmöglichkeiten: 21:33, 21:56, 22:33, 22:56.

Die Fahrt nach Zürich dauert ca. 1 h.

## Ausrüstung

Stirnlampe, Schneeschuhe, Stöcke, warme und wasserabweisende Wander-, Bergschuhe/ Stiefel. Eventuell Gamaschen. Warme Kleidung und Handschuhe.

## Mitzubringen

Eventuell heisses Getränk in Thermoskanne für unterwegs, wenn nötig Zwischenverpflegung für den kleinen Hunger zwischendurch.

## Kosten

Dies ist eine nichtkommerzielle Tour. Ich verlange keine persönliche Entschädigung, sammle aber Spenden für die gemeinnützige Naturschutz-Organisation „Pro Natura“.

## Versicherung

Dies ist eine nichtkommerzielle Tour. Es wird keine Haftung übernommen. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Eine Rega Mitgliedschaft wird empfohlen.

## Teilnehmerzahl

Minimum 5, Maximum 12 Personen

## Leitung

Bernhard Eisenbarth

Zertifizierter Meditationslehrer  
esa Leiter Schneeschuhtouren  
esa Leiter Wandern

Veranstaltungstermine und Anmeldung, Siehe [www.bernhardeisenbarth.ch/meditation](http://www.bernhardeisenbarth.ch/meditation)



www.bernhardeisenbarth.ch

Tel: +41 55 2108770

Mobil: +41 79 5720204

