

100 Jahre DJK Blau-Weiß-Annen

Dem Herzen folgen - eine Stadtpilgertour durch Witten am 3. Mai 2025 mit Regina Dennig, Abteilung Breitensport



Pilgern erfreut sich immer größerer Beliebtheit – nicht zuletzt durch Hape Kerkelings Pilgerbericht “Ich bin dann mal weg.”

Viele Menschen zieht es nach Santiago di Compostela, doch es gibt auch diejenigen, die sich einer so anspruchsvollen mehrwöchigen Pilgerwanderung nicht unbedingt aussetzen wollen. Sie entschließen sich, an bekannte und auch unbekannte Orte in ihrer Heimatregion zu pilgern und diese unter einem neuen und inspirierenden Aspekt zu betrachten.

In der christlichen Kontemplation steht das Herz für die Liebe und Passion Christi und auch für die Verbindung Marias mit dem Gottessohn.

Auf medizinischer Ebene wiederum haben in den letzten Jahren Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems in Deutschland stark zugenommen.

Empfohlen wird zu deren Linderung immer wieder die mäßige Bewegung draußen in der Natur; Pilgern gewinnt deshalb auch in gesundheitlicher Hinsicht eine immer größere Bedeutung.

Im Rahmen von 100 Jahre DJK-Blau-Weiß-Annen biete ich eine Pilgerwanderung an.

Wir nähern uns auf unserer Pilgerwanderung unserem Herzen über unterschiedliche Zugänge, ausführlicher widmen wir uns mit einer Abschlussmeditation der Fragestellung: „Was kann es bedeuten, wenn ich meinem Herzen folge?“

Die Ansprüche an die Tour sind leicht, das Tempo gemäßigt. Eingeladen sind alle, die sich für Pilgern und Wandern interessieren oder es bereits praktizieren.

Die Tour ist barrierefrei.

Die Daten in Kurzform:

Termin: Samstag, 03.05.2025

Treffpunkt: 11 Uhr am Café del Sol, Ruhrstr. 35, Witten

Route: Café del Sol/Ruhrstraße - Innenstadt - Marienkirche - Lutherpark - Nachtigallenweg - Herz-Jesu-Kapelle, Café del Sol

Strecke: 11 km

Anspruch: leicht

Wege: vorwiegend Asphalt.
Dauer: ca. 5 Stunden mit thematischen Stationen
Ausrüstung: festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und gute Laune

Teilnehmerzahl: 1 - 20

Anmeldung: Bis zum **11.4. 2025** an: regina-dennig@t-online.de
(Bitte angeben, ob ihr im Anschluss an die Tour zum Café del Sol mitkommen wollt, damit dort ein Tisch reserviert werden kann.)

Kosten: keine
Die Kosten für die Einkehr im Café del Sol werden von den Teilnehmer:innen übernommen.

Ich freue mich auf euch,

herzliche Grüße

Regina Dennig,
E-Mail: regina-dennig@t-online.de