

Veranstalterinnen

Marianne Ernst

Kräuterpädagogin
Dipl. Sozialpädagogin
Kinesiologin
Ernährungsberaterin

Dr. phil. Karen Laß

Heilpraktikerin
Schwerpunkte:
Phytotherapie
Chinesische Medizin (Akupunktur)
Quantenheilung
Massage
Schamanische Heilweisen

Anmeldung/Kontakt:

Naturheilpraxis Dr. phil. Karen Laß
0221/45 35 90 50
0172/235 111 4
praxis@karen-lass.de
www.karen-lass.de



Jeden 2. Monat am 1. Sonntag

von Februar bis Dezember 2012

**Wandern
Kennenlernen und Genießen von Wildpflanzen
Spaß
Zusammensein mit tollen Frauen**

Allgemeines:

Wir werden bei jedem Wetter wandern, deshalb bitte regendichte Kleidung und feste Schuhe mitbringen; außerdem: (heißes) Getränk, Verpflegung und Isomatte zum Draufsitzen.

Wir treffen uns im Kölner Hauptbahnhof am Blumenladen beim Haupteingang zur jeweils angegebenen Zeit. Hierher kehren wir auch zurück.

Die Kosten pro Wanderung betragen 15,-- Euro. Dazu kommen die Kosten für Hin- und Rückfahrt.

Die Teilnehmerinnen tragen die volle Verantwortung für sich und ihr Handeln. Haftansprüche gegenüber den Veranstalterinnen können keine geltend gemacht werden. Dies gilt auch für Stolpern, Hinfallen etc.

Anmeldung wäre schön ☺ 0221/4535 90 50, 0172/2351114 oder praxis@karen-lass.de. Weitere Angebote unter: www.karen-lass.de

Wir wünschen Euch und uns viel Spaß und nette Gesellschaft!!

05. Februar 2012

Rundwanderung von Arloff aus über die Steinbachtalsperre (ca. 12 km)

Wir bestimmen heimische Bäume und Sträucher in ihrem Winterkleid und bestaunen u.a. die Farben- und Formenvielfalt ihrer Knospen.

Treffpunkt: Köln Hbf 10:05 Uhr.

Kosten: 15,-- € zzgl. Fahrtkosten (VRS)

01. April 2012

Rundwanderung von Nettersheim über zwei Matronentempel (ca. 15 km)

Der Frühling ist da! Wir entdecken seine Delikatessen und Vitamine und bereiten bei unserer Rast kleine leckere Frühlingsspeisen zu.

Treffpunkt: Köln Hbf 9:05 Uhr.

Kosten: 15,-- € zzgl. Fahrtkosten (VRS)

03. Juni 2012

Rundwanderung um Bad Münstereifel (ca. 18 km)

Die Blüten des Sommers erfreuen Augen, Herz und Gaumen. Wir bestimmen, sammeln und bereiten kleine Köstlichkeiten zu.

Treffpunkt: Köln Hbf 09:05 Uhr.

Kosten: 15,-- € zzgl. Fahrtkosten (VRS)

05. August 2012

Wanderung von Nideggen durch den Nationalpark nach Heimbach (ca. 14 km)

Wir entdecken und probieren verschiedene Wildfrüchte des Hochsommers. Bademöglichkeit

Treffpunkt: Köln Hbf 9:00 Uhr

Kosten: 15,-- € zzgl. Fahrtkosten (VRS)

07. Oktober 2012

Von Merten über den Sieghöhenweg nach Hennef (ca. 12 km)

Pflanzen schenken uns neben Nahrungs- und Heilmitteln auch viele andere faszinierende Substanzen. Ihr erfahrt so manches über die Nutzung von Pflanzen im täglichen Leben von der Steinzeit bis Heute.

Treffpunkt: Köln Hbf 9:15 Uhr

Kosten: 15,-- € zzgl. Fahrtkosten (VRS)

02. Dezember 2012

Rundwanderung von Runderoth vorbei an der Aggertalhöhle (ca. 10 km)

Das Räuchern unserer heimischen Pflanzen ist eine uralte Weisheit. Wir lernen geeignete Pflanzen kennen und genießen ihren Duft bei einer kleinen Räucherzeremonie.

Treffpunkt: Köln Hbf 09:10 Uhr

Kosten: 15,-- € zzgl. Fahrtkosten (VRS)