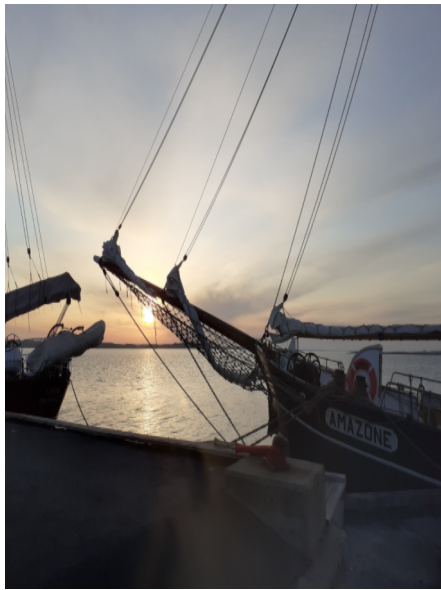


Frauensegelnreise



mit dem Traditionssegler **AMAZONE**

**Eine „ Auszeit unter Segeln:
Segeln und Segen “**

**So, 24. September 2023 18 Uhr –
Fr, 29. September 14 Uhr
Ab Kappeln, Museumshafen**

Segel setzen! Die Schönheit und die Faszination des Segelns erleben. Wind und Wellen bestimmen den Kurs. Wir starten in die dänische Inselwelt mit dem mehr als 100 Jahre alten historischen Traditionssegler „Amazone“ und segeln- je nachdem wohin der Wind uns bringt.

In maritimer Atmosphäre den eigenen Horizont öffnen und sich von der salzigen Luft, dem frischen Wind und der Weite des Himmels inspirieren lassen. Es entsteht Raum, sich den Fragen des eigenen Lebens und des eigenen Glaubens zu stellen, Segen zu erfahren, sich in Achtsamkeit zu üben und mit anderen darüber ins Gespräch zu kommen. Tagsüber werden spirituelle Impulse angeboten. Es ist Zeit, das Leben an Bord zu genießen: Reden und schweigen, singen, für das leibliche Wohl sorgen, aktiv mitmachen und unvergessliche Erlebnisse miteinander teilen. Jeden Abend laufen wir einen anderen Hafen an oder gehen auch mal vor Anker. Segelkenntnisse sind nicht nötig, denn die Crew des Schiffes weist uns in die Grundregeln ein. Beim Hissen der Segel und bei einzelnen Wendemanövern packen alle Frauen mit an.



Informationen zu unserer Reise: Eine Reise auf einem Traditionsschiff (www.amazone-segeln.de) ist eine wunderschöne aber auch einfache Reise. Die Kabinen sind klein und fein und die Einteilung erfolgt an Bord. Wir werden von einer 2 köpfigen männlichen und/ oder eventuell weiblichen Crew begleitet. Am Abfahrtstag wird es eine Einführung von der Crew geben. Sofern das Wetter es zulässt, wird es dann zügig am Montag auf See gehen. Angedacht ist an jedem Abend ein Stopp in einem anderen Hafen, je nach Wind und Wetterlage. Unsere Mahlzeiten bereiten wir selber zu. Die gemeinsame Einteilung und Absprache dazu erfolgt an Bord. Es wird vegetarisch gekocht. Lebensmittel und Getränke (alkoholfreie und Tischwein rot/weiß zum Essen) stellen wir. Bei sonstigen Lebensmittelallergien oder Unverträglichkeiten melden Euch bitte noch bei uns. Unsere Verpflegung versuchen wir, Bio, Regional und Fair zu gestalten.

Sonntagabend: An Bord kommen- ankommen-Kennenlernen Schiff und Gruppe

Montag- Freitag: Jetzt heißt es „in See stechen“. Täglich Segelsetzen und Segeln. Nachmittags oder abends festmachen in einem Hafen (ab einer grenzwertigen Windstärke bleibt das Schiff im Hafen) oder auch mal vor Anker gehen. An Bord und an Land freiwillige Angebote und Impulse. Die Tage bieten Gelegenheit, sich dem zu widmen, was

im Alltag oft zu kurz kommt: Bewegung oder Ruhe, Gespräche oder Stille. Gemeinsames Kochen.

Freitag, Verabschieden und Klarschiff machen, ca 14 Uhr von Bord gehen.

Unterbringung in 2er, 3er und einer 4/5er Kabine, 2 Gemeinschaftsklos, 1 Waschraum, Duschen in den Häfen möglich- 15 Teilnehmerinnen

Kosten : in 2er oder 3er Kabine: 495 Euro
in 5erKabine 470 Euro
inklusive vegetarischer Vollverpflegung und Getränken
(weiteres s.Anmeldeformular)

Reiseleitung: Andrea Graeper und Claudia Niklas-Reeps

Anmeldungen und Infos unter 04642-9111-11 (Jenna Buckley)

regionalzentrum@kirche-sfl.de oder 04642-9111-29

frauenwerk@kirche-sfl.de



Segeln 2022