

# Rucksackreise zu Dir



» 11 Tage auf dem Jakobsweg «

» 1 Gruppe, 1 Ziel: Alleine reisen «

Start: 2015

Kommst du mit?

## Für wen?

Die Reise verbindet Alleine pilgern mit Zusammenkünften im Kreis. Wenn du alleine reisen, Erfahrungen teilen, Schüchternheit & Ängste überwinden, andere Suchende kennenlernen, neue Luft & Horizonte erschließen, ein fremdes Land bewandern, dich weiterentwickeln oder etwas in



deinem Leben verändern möchtest, dich für Psychologie, Körperbewusstsein & Persönlichkeitsentwicklung interessiert, bist du hier richtig.

Dies ist keine typische Ferienfreizeit, sondern eine bewusste Reise, eine Abenteuer- & Entdeckungsreise für Suchende, Fragende, Introvertierte, Neugierige, Spirituelle, Hochsensible, Aufwachende, Visionssuchende, Einsame, Aussteiger, nicht-aufhören-können-zu-Denkende.



## Von wem?

Warum eine Reise mit mir? Weil ich weiß, wie du dich als Suchender fühlst. In mehr als 8 Jahren bewusster Suche habe ich gelernt & lerne, meinem Herzen zu folgen, Ängste zu überwinden, ungesunde Beziehungen hinter mir zu lassen & aus dem Grübeln ins Handeln zu kommen.

Rucksackreise zu Dir ist meine Herzensangelegenheit. Als Organisator der Reise verbinde ich in diesem Projekt meine Leiden-



schaften Reisen und Persönlichkeitsentwicklung. Neben Dutzenden Workshops & Fortbildungen bei Mentoren, Coaches & Schamanen haben mich vor allem meine mehr als 3 Monate und 1.000 Km auf spanischen & portugiesischen Jakobswegen geprägt.





# Impressionen der Rucksackreise

Pasaia



Panoramaweg nach San Sebastian



Bei Markina-Xemein



San Sebastian



Deba



Zarautz





Wir kommen in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter an der Nordküste Spaniens zusammen. Im Kreis erfährst du, was die anderen bewegt & zu der Reise motiviert. Nach einer Einführung & allen beantworteten Fragen über den Pilgeralltag wird



es Zeit, den Rucksack zu schnallen & vier Tage alleine deiner Wege zu ziehen (im Notfall kannst

du mich jederzeit erreichen). Zu einem vereinbarten Treffpunkt kommen wir im Kreis erneut für einen Tag zusammen, um das Erlebte zu erzählen & Bereiche der Persönlichkeitsentwicklung kennenzulernen. Ein weiteres Mal ziehen wir allein unserer Wege, um das Geteilte sacken zu lassen, bevor wir dann zu einem Abschlusstag ein letztes Mal zusammenkommen. Dieses besondere Reisekonzept ermöglicht dir viel Zeit für dich alleine zu haben, dennoch einen sicheren Rahmen sowie genug Austausch & gemeinsame Reflektion mit anderen.

Ich habe die Route flexibel konzipiert, dass sie für jedes Tempo machbar ist. Es gibt genügend Unterkünfte & Bus-



anbindung. Du wirst entlang der wunderschönen Steilküste Nordspaniens

allein mit den Möwen wandern und das bekannte San Sebastian passieren. Der Küstenweg bietet dir auf diesem schönsten & herausforderndsten aller Abschnitte kleinere



Berge zum Erklimmen, Aussichten zum Genießen, einsame Pfade zur Innenkehr &

Hafenstädte zum Verweilen & Tagebuch-Schreiben im Café.

## Termin & Kosten

Aktuelle Termine & Preise siehe Webseite. Für die Organisation der Route und Gruppe, gemeinsame Übernachtungen & mein Coaching nehme ich eine Pauschale.



# Was dir die Reise bringt:

## • Bewegung

Wir haben die Bedeutung von Bewegung für den Körper in unserer kopflastigen Zeit vergessen. Pilgern erdet, entschleunigt & befreit.

## • Auszeit alleine in der Natur

Vieles von uns selbst - was wir wollen, was wir sind - erkennen wir erst, wenn wir einmal mit uns alleine sind.

## • Tapetenwechsel

Ein fremdes Land, eine fremde Sprache: Wenn wir unsere gewohnte Welt hinter uns lassen & einen neuen Blickwinkel bekommen, wird manches klarer.

## • Gruppe Gleichgesinnter

Selbst Introvertierte & Einzelgänger brauchen Kontakt: Ohne den gelegentlichen Austausch mit Anderen drehen wir uns im Kreis.

## • Feedback von mir

Profitiere von meiner mehrmonatigen Pilger- & Backpackererfahrung & meinen erlernten Tools & Ressourcen zur Persönlichkeitsentwicklung.



**Mehr Infos & Anmeldung:**  
[www.jakobsweg-kuestenweg.com](http://www.jakobsweg-kuestenweg.com)

**und per Mail:**  
[christoph.kuestenweg@gmail.com](mailto:christoph.kuestenweg@gmail.com)