

Gemmotherapie – was ist das?



Die Kraft der Knospen

entdecken
und
anwenden

**Samstag, den 15. März 2025
von 09.30 Uhr – 17.00 Uhr**

Bei diesem Seminar lernen wir wichtigsten „Gemmobäume, -sträucher und -stauden kennen in Theorie und in der Praxis draußen.

Inhalte des Seminars:

Was ist das besondere an den Knospen, bzw. der Unterschied zu Blüten, Blätter und Wurzeln

Knospen und ihre Erkennungsmerkmale

- Portraits der wichtigsten Gemmobäume
- Korrekte Herstellungsmöglichkeiten
- Erkennen des Erntezeitpunktes
- Wirkmechanismus
- Anwendung der Mazerate

Praxiseinheit am Nachmittag

- Bestimmen der Knospen in der Natur
- Herstellung von zwei Gemmomazeraten

Preis: 75,00 € pro Person

Wir binden einen
Kräuterbüschel/Kranz

Zum Hochfest unserer
Muttergottes



Ich erkläre Ihnen die Entstehung dieses Brauches, die Bedeutung der Wildkräuter, ihre Verwendung und Inhaltsstoffe

Donnerstag, den 14.08.2025 von 16 bis 18.00 Uhr

Preis: 19,00

Ich freue mich auf Sie

**Treffpunkt: Parkplatz
beim Haus Werdenfels**

Fotos: Therese Koller



Anmeldung für beide Angebote
über www.haus-werdenfels.de
oder:

anmeldung@haus-werdenfels.de

Tel.: 09404-950220



HAUS WERDENFELS

Stille · Meditation · Begegnung · Exerzitzen



2025

Ge(h)meinsam
mit Manuela Karmann auf dem Weg
im Regensburger Umland

Gemmomazerate
Die Kraft der Knospen
mit Theresia Koller

Ge(h)meinsam mit Manuela Karmann auf dem Weg im Regensburger Umland



*Es gibt einen Weg, den niemand geht,
wenn du ihn nicht gehst. Wege entstehen,
indem wir sie gehen*

- Begleitete Spaziergänge mit geistlichen und meditativen Impulsen
- im Regensburger Umland (Anfahrt mit dem eigenen Auto)
- in der Regel jeden 2. Dienstag im Monat
- je nach Route 3 – 5 Std.

Genauere Wegbeschreibungen, Routen und Treffpunkt entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Für unseren kleinen Mittagssnack lassen Sie bitte etwas Platz im Rucksack, wir verteilen den Snack am Treffpunkt. Getränke bitte selbst mitbringen.

Bitte sorgen Sie für gutes Schuhwerk und wählen die der Witterung angepasste Kleidung.

Kosten: 19,--€ incl. Mittagssnack

- ❖ **14. Januar:** Rund um Kallmünz – und zurück; ca. 8 km – „leicht“
 - **Start:** 10:00 h, Nähe Kreuzweg
 - **Parkplatz:** am Schulweg; 93183 Kallmünz
- ❖ **11. Februar:** Besinnungsweg 1 – Hainsacker – Jubiläumsrunde – „leicht“
 - **Start:** 10:00 h; ca. 7 km
 - **Parkplatz:** Gasthof Prösselbräu; 93138 Hainsacker
- **11. März:** Laaber – Kalvarienberg - Runde – „mittel“
 - **Start:** 10:00 h; ca. 8 km
 - **Parkplatz:** Mühlwiese; 93164 Laaber
- ❖ **8. April:** Krachenhausen – Eulen-Weg und zurück – „leicht“
 - **Start:** 10:00 h; ca. 8 km
 - **Parkplatz:** Gasthof Birnthaler; 93183 Kallmünz
- ❖ **13. Mai:** Münchshofen – Steinkreis – Runde „mittel“
 - **Start:** 10:00 h; ca. 7 km
 - **Parkplatz:** Schloßstr. 5; 93158 Teublitz
- ❖ **10. Juni:** Marienhöhe – Mariaort „mittel“
 - **Start:** 9:00 h; ca. 7 km
 - **Parkplatz:** Gasthof Krieger; 93186 Pettendorf-Mariaort
- ❖ **22. Juli:** Etterzhausen – Penk – Räuberhöhle – und zurück – „mittel“
 - **Start:** 09:00 h; ca. 8 km
 - **Parkplatz:** Zur alten Brücke; 93152 Etterzhausen

- ❖ **12. August:** Besinnungsweg 2 – Hainsacker – Jubiläumsrunde - „leicht“
 - **Start:** 09:00 h; ca. 8 km
 - **Parkplatz:** Gasthof Prösselbräu; 93138 Hainsacker
- ❖ **16. September:** Riesensprung – Karlstein – Kirchberg – „mittel“
 - **Start:** 09:00 h; ca. 8 km
 - **Parkplatz:** Gasthof Lautenschlager Schlossparkstr. 3; 93128 Regenstauf-Karlstein
- ❖ **14. Oktober:** im Tal der Schwarze Laber – Eilsbrunn – Runde – „mittel“
 - **Start:** 10:00 h; ca. 8 km
 - **Parkplatz:** am Nittendorfer Weg; 93161 Eilsbrunn
- ❖ **11. November:** Hutberg Runde – Schirndorf – Fischbach – „einfach“
 - **Start:** 10:00 h; ca. 6 km
 - **Parkplatz:** bei Georgimühle; Schirndorf 1 93183 Kallmünz
- ❖ **09. Dezember:** Besinnungsweg 3 – Hainsacker – Jubiläumsrunde – „leicht“
 - **Start:** 09:00 h; ca. 8 km
 - **Parkplatz:** Gasthof Prösselbräu; 93138 Hainsacker

Hinweis:

Jubiläumsjahr für den Besinnungsweg Hainsacker, Einweihung 2005 – 20 Jahre - auf den Spuren des Hl. Franziskus von Assisi vor den Toren Regensburgs; weitere Termin auf extra Flyer

Änderungen sind vorbehalten.