



Lass dich nicht gehen, geh selbst.
Magda Bentrup



GEHMEINSAM GEHEN

am GEH-DICH-FREITAG

SPiRiT-to go steht für spirituelle Erfahrungen im GEHEN.

- 👣 Gehen verbindet.
- 👣 Gehen bewegt und aktiviert.
- 👣 Gehen erdet und reguliert.
- 👣 Gehen in Achtsamkeit
- 👣 Gehen mit allen Sinnen

Gehen macht glücklich.
Gehen geht immer. 👣 👣 👣

Ganzheitliches GEHEN für Körper-Seele-Geist in kleiner offener **GEHMEINSCHAFT**

Termine der nächsten GEH-DICH-FREITAGE:

- 👣 16. Oktober 2026
- 👣 20. November 2026
- 👣 11. Dezember 2026

Jeweils von 10 bis ca. 12:30 Uhr

Startpunkt: Kirchenplatz der Pfarrgemeinde St. Konrad, Linz – Froschberg

OPEN WIR freut sich über deine freiwillige Spende. 🍀

👣 ICH freue mich auf DICH und unser Erleben und bitte dich um kurze formlose Anmeldung.

MIT ASTRID AM WEG 👣 👣 👣

Kommen wir wieder in unsere Natur.

Initiatorin und Wegbegleiterin: **Astrid Reisinger-Nobis** | Dipl. Psychologische Beraterin | System. Aufstellungsleiterin | Coach-to go
Tel. 0660 6546783 | E-Mail: office@reisinger-nobis.at | Weitere Infos dazu: <https://www.reisinger-nobis.at/aktuelles>

Wichtiger Hinweis: Trage der Witterung entsprechende Kleidung und gute rutschfeste Schuhe. Hab etwas zu trinken dabei.
Du sorgst für dich selbst. – Mit deiner Teilnahme anerkennst du deine alleinige Verantwortung. Du trägst Eigenverantwortung für dich und deine Gesundheit. Für Unfälle und Schäden aller Art wird von Astrid Reisinger-Nobis **nicht** gehaftet.