



Ablauf einer Fastenwoche

Anreisetag/Treffpunkt

Samstag, 15.00 Uhr in St.Georgen am Längsee

Begrüßung - „Ankommen“ – Unterbringung.

18.00 Uhr Erstes Kennenlernen – gemeinsames Essen der Fastensuppe - Einleitung.

Am **Sonntag Morgen** fahren wir gemeinsam zum Ausgangspunkt unserer Fastenpilgerwanderung.

Tagesablauf:

07.00 Uhr gemeinsamer Morgentee.

Danach Verteilung des „Reiseproviantes“: der Saft (Biologische Frucht-oder Gemüsesäfte) für den Tag wird am Morgen verteilt. Da es beim Fasten von größter Wichtigkeit ist, ausreichend zu trinken, nehmen Sie bitte genügend praktische und leichte Trinkflaschen für Saft und Wasser mit.

Anschließend gehen wir los. Wir machen unterwegs immerwieder Trinkpausen und eine längere Mittagspause.

Zwischen 15.00 und 17.00 Uhr kommen wir bei den jeweiligen Unterkünften an.

Um 18.00 Uhr gibt's eine frisch zubereitete Gemüsebrühe. Danach besteht die Möglichkeit von Gesprächsrunden.

Zum Abschluss - am **Samstag Nachmittag** - nach Ankunft in Gurk (unser Ziel) fahren wir gemeinsam nach St.Georgen am Längsee. Hier findet das gemeinsame „Fastenbrechen“ statt.

Danach: **Abreise ab ca.15.00 Uhr**