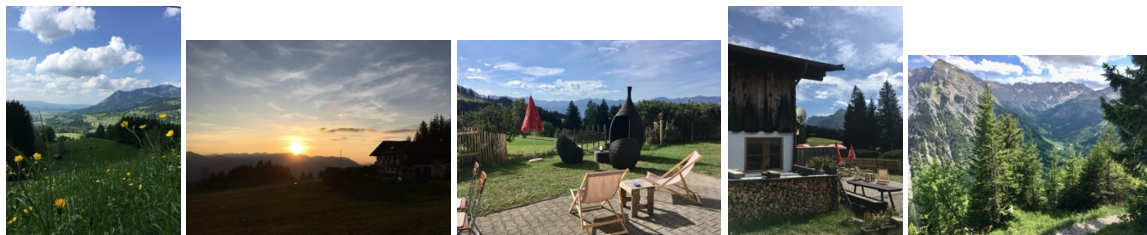


Bodypercussion trifft Bergwandern 27.09. - 04.10.25 im Berggasthaus Rohrmoos im Allgäu



Liebe bodypercussion- und bergbegeisterte Frauen*,

Keo, Annette und Mütze laden Euch auch in 2025 zu einer Woche der besonderen Art ein:

Bodypercussion und Bergwandern in und um einen idyllisch gelegenen Berggasthof im Oberallgäu.

Eine Workshop-Reise in die Berge mit Wandern, Rhythmus und Gesang. Du brauchst keine besondere Voraussetzung außer Lust auf Gesang und Rhythmus - und gute Wanderschuhe.

Die eine Tageshälfte verbringen wir mit den Musiker*innen Annette Kayser und Keo Hundius. Wir werden viel Spaß haben mit unseren Stimmen und mit den Klängen und Rhythmen, die wir unseren Körpern entlocken: Klatschen, Schnipsen, Stampfen; also BodyPercussion! Und dazu singen wir mehrstimmige Lieder. Je nach Wetter drinnen oder draußen oder auch mal auf der Wanderung: Eine kraftvolle Mischung aus Spaß, Groove und Sound!

In der anderen Tageshälfte unternehmen wir mit der ortskundigen Bergwanderführerin Birgit Mütze eine Bergwanderung von leichter bis mittlerer Länge und Schwierigkeit (abhängig von Wetter und den Bedürfnissen der Gruppe) im Rohrmoostal, einem Naturschutzgebiet der Allgäuer Alpen. Wir wandern durch Bergwiesen und entlang munter plätschernder Gebirgsbäche, durch einsame Wälder geht's hinauf bis zu Alpen oberhalb der Baumgrenze.

Wir sind während dieser Woche alleinige Übernachtungsgäste im bewirtschafteten historischen Berggasthaus Rohrmoos auf idyllisch abgelegenen 1080m ü.M. (berggasthaus-rohrmoos.com). Dort verwöhnen uns Mira und ihre Söhne mit leckerem Frühstück und bewirten uns am Abend in der gemütlichen alten Stube mit köstlichen Gerichten. Für ein Picknick dazwischen erhalten wir Lunchpakete.

Wir schlafen in urigen, geschmackvoll eingerichteten Doppelzimmern mit eigenem Bad (Dusche und WC), zum Teil über den Flur erreichbar, 2 Zimmer mit eigener Waschgelegenheit teilen sich ein separates großzügiges Bad mit Dusche, Badewanne und WC.

Für den musikalischen Teil stehen uns ein Seminarraum, der Frühstücksraum, die geräumigen Dielen und die große Außenterrasse zur Verfügung - mit Blick auf die beeindruckenden Gottesackerhänge des Hohen Ifen.

Seid dabei, wir freuen uns auf diese „Auszeit“ mit Euch!!

Keo Hundius, Birgit Mütze und Annette Kayser

(www.a-quadrat.org / www.birgitmuetze.de / www.groove-hamburg.de)

Kosten für Unterkunft in DZ, Vollpension, Kurtaxe, Honorare und Transfers vor Ort:

Ca. 1120 € p.P. bei Buchung bis zum 1. Februar 2025 (=Frühbuch-Rabatt).

Gruppengröße: 15-16 Teilnehmerinnen*.

An- und Abreise in Eigenregie oder als günstige Gruppenfahrt ab Hamburg nach/von Bahnhof Oberstdorf.

Für Fragen, weitere Informationen und verbindliche Anmeldung kontaktiert bitte hunkay@web.de