

# Singend durch Umbrien pilgern

08. – 15. September 2018



Von Assisi über Spoleto in die Einsiedelei  
„la Romita“ zu Frate Bernardino

*8 Tage, 7 Nächte, an denen wir gemeinsam pilgern und singen.*



## **KOSTEN: 950 Euro**

€ 650 für Hin- und Rückfahrt (ab Bozen), Übernachtung mit Halbpension,  
Gepäcktransport, Pilgerausweis, Stadtführung  
€ 300 für Begleitung und Singanleitung

Der Preis beinhaltet keine Versicherung, jede/r Teilnehmer/in muss selber dafür sorgen und ist in Eigenverantwortung unterwegs.

## **Samstag, 8. Sept. Fahrt nach Assisi**

Wir schlafen im Kloster direkt gegenüber der Franziskus Basilika



## **Sonntag, 9. Sept. vormittags Stadtführung**

Gegen Mittag wird Heidi uns erreichen und wir wagen am Nachmittag die ersten Töne. Vor der Basilica S. Francesco und im Sonnenuntergang von der Rocca herunter. Wir suchen uns die schönsten Orte und Räume zum Singen und Tönen.

## **Montag, 9. Sept. nach Spello 17km**

Über den Monte Subasio, an der mystischen Einsiedelei Carceri mit seinem Meditationsgarten vorbei, pilgern wir ins reizende Städtchen Spello. Wir schlafen bei den herzlichen Klosterfrauen im Piccolo San Damiano und fühlen uns im Schlafsaal wie damals, als wir zum ersten Mal mit der Jugendgruppe unterwegs waren. Wir beten mit den Klosterfrauen, essen, schweigen mit ihnen und singen Lieder aus verschiedenen spirituellen Traditionen und Kulturen. Ohne Noten, im einfach Vor- und Nachsingen lernen wir die Lieder. Mal im Kanon, mal mit einer zweiten oder dritten Stimme. Ohne Leistungsanspruch, immer aus der Freude heraus verbindet das Singen unsere Herzen und verleiht der Seele Flügel.

## **Dienstag, 10. Sept.**

Mit dem Zug geht's nach Spoleto

Wir schenken uns die lange Durchquerung der Talebene auf Radwegen und vorwiegend Asphalt und fahren mit dem Zug nach Spoleto.

Am Vormittag pilgern wir auf den Monteluco, besuchen die Einsiedlerhöhlen und genießen einen herrlichen Rundumblick. Am Nachmittag durchstreifen wir das quirlige, reizende Städtchen auf der Suche nach den Orten mit der besten Akustik für unser Singen und Tönen.

### **Mittwoch, 11. Sept.**

Von Spoleto nach Macerino 20km

Rasch lassen wir das Städtchen hinter uns und tauchen in die stille Hügellandschaft Umbriens ein. Wir passieren kleine Dörfer und liebevolle Täler, genießen das Singen im Frei`n. Da kann schon mal ein Jodler zu hören sein, denn Jodeln im Frei`n, gibt Kraft und Lebensfreude. Macerino ist mit seinen 7 Einwohnern von der Welt vergessen, ein mittelalterliches Nest voller Atmosphäre.

### **Donnerstag, 13. Sept.**

Von Macerino nach la Romita 8 km

Früh verlassen wir Macerino, einsam und wild ist die bewaldete Hügellandschaft in Richtung Einsiedelei. Einen langen Tag haben wir dann noch vor uns, um zu singen, tönen, jodeln und einfach nur zu SEIN. Frate Bernardino, ein begnadeter Sänger, wird seine Freude an uns haben!

### **Freitag, 14. September**

#### **Die Einsiedelei - La Romita**

Am Vormittag ist ein wenig helfen und arbeiten angesagt, dann gibt's ein köstliches Mittagessen und am Nachmittag pilgern wir auf den Torremaggiore. Ein einzigartiger Gipfel! Die Kuppel des Petersdomes ist an klaren Tagen zu sehen, die hohen Berge der Abruzzen und bis ans Meer.

Torremaggiore ist ein besonderer Platz. Es ist ein weiblicher Kraft- und Ritualort aus den Zeiten des Matriarchats vor 5000 Jahren. Auch hier sind unsere Lieder willkommen.



### **Samstag, 15. September**

Heimfahrt