

Die Sportlerwallfahrt nach Altenberg hat Tradition.

Und jedes Jahr kommen neue Traditionen hinzu.

Sternförmig bewegen wir uns auf Altenberg zu

und feiern dort im Altenberger Dom die Hl. Messe.

JEDER IST HERZLICH EINGELADEN.

Wir machen schon mit:

- Arbeitskreis Kirche und Sport des Erzbistums Köln
- DJK Sportvereine aus Hürth, Köln, Düsseldorf und Neuss
- Messdiener, Familien und Gemeindemitglieder der Kalker Kirche
- Fußwallfahrer und sportliche Pilger aus dem Sendungsraum Oberberg Mitte und Engelskirchen
- Läufer*innen des Erzbistums Köln
- Fahrradfahrer der Katholischen Hochschulgemeinde
- Firmgruppe „Gott bewegt“ aus Zülpich

WEITERE TERMINE:

- **kirche.läuft** – 11. Stadionlauf Köln mit familien.spiele.fest

kirche.läuft
familien.spiele.fest

Sonntag, 02. Juni 2019

- **kirche.kickt**
Fußballturnier für junge Menschen mit und ohne Handicap

kirche.kickt

Sonntag, 07. Juli 2019

- **Church-Trail**



Donnerstag, 10. Oktober 2019

- **Sportgottesdienst**
am Vorabend des Köln Marathons im Kölner Dom

Samstag, 12. Oktober 2019

- **Nikolausschwimmen**

Sonntag, 01. Dezember 2019

Mehr Informationen und das Online-Anmeldeformular zu unseren Veranstaltungen finden sie auf

www.djkdvkoeln.de

Kontakt unter:

DJK Sportverband DV Köln

Am Kielshof 2

D-51105 Köln

Telefon: 0221 / 998 08 40

Telefax: 0221 / 998 08 41-9

Email: info@djkdvkoeln.de

www.djkdvkoeln.de

Freitag, 10. Mai 2019



SPORTLERWALLFAHRT

nach Altenberg

pilgernd.

laufend.

radfahrend.

unterwegs

ES GEHT LOS

BESCHREIBUNG DER WEGSTRECKEN

ab dem Altenberger Dom

Fußfreundlicher Weg rund um den Altenberger Dom

Start um 19.30 Uhr; Dauer: ca. 45 min, Länge: 1 km;
Beschaffenheit: flach und asphaltiert; Besonderer Hinweis:
Gehhilfen- und Rollstuhlgeeignet

Walkingstrecke

Start um 19.00 Uhr; Dauer: ca. 90 min, Länge: 5 km;
Beschaffenheit: bergig, auf und ab; Besonderer Hinweis:
Duschmöglichkeit; sie benötigen keine Nordic-Walking-Stöcke

Joggingstrecke

Start um 18.00 Uhr; Dauer: ca. 2 Stunden; Länge: 9,5 km;
Beschaffenheit: auf und ab; Besonderer Hinweis: Möglichkeit zur
Taschenaufbewahrung, Duschmöglichkeit

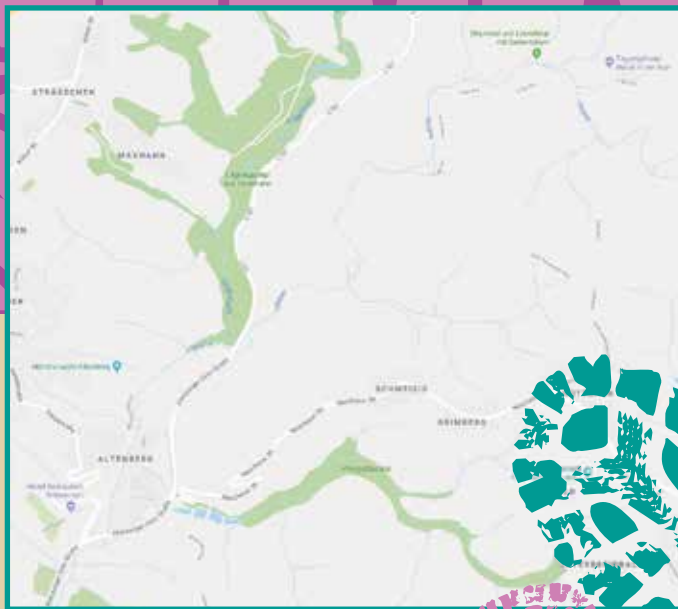
Rundweg über Maria in der Aue

Start um 17.00 Uhr; Länge: 8 km;
Beschaffenheit: bergauf, bergab; Besonderer Hinweis: gegen 18.30
Uhr gemeinsam mit der Gruppe ab Maria in der Aue wieder zurück
nach Altenberg

ANDERE STARTPUNKTE

Maria in der Aue: Start um 18.30 Uhr; Dauer: ca. 75 min, Länge:
4 km; Beschaffenheit: flach abfallend, Forstweg; Besonderer
Hinweis: kinderwagentauglich

Dabringhausen - Lindscheid: Start um 18.30 Uhr; Dauer: ca. 2
Stunden, Länge: 6km; Beschaffenheit: Forstweg an der Dhünn
entlang, ggf. matschig; Besonderer Hinweis: zunächst steil bergab



Scheuren – Hauptstraße: Start um 18.45 Uhr; Dauer: ca. 90 min,
Länge: 5km; Beschaffenheit: stetig bergab, teilweise unbefestigt,
kurzfristig steil; Besonderer Hinweis: gut zu schaffen

Dabringhausen – Markusmühle: Start um 18.15 Uhr; Dauer: ca. 2
Stunden; Länge: 10 km; Beschaffenheit: teilweise unbefestigt und
matschig; teilweise Hindernisse im Weg ; Besonderer Hinweis:
strammer Fußmarsch

Kölner Dom – Kreuzblume (Radweg von Dom zu Dom): Start um
18.00 Uhr; Dauer: ca. 2 Stunden, Länge: 20 km

AUF DEM WEG

gibt es **5 Stationen** mit spirituellen Impulsen, Liedern,
Körperübungen, Texten und Gebeten.

Der **Gottesdienst im Altenberger Dom** beginnt um 21.00 Uhr.

Anschließend gibt es die Möglichkeit zur Einkehr im Hotel
Wißkirchen mit Leberkäsemmeln und Kölsch, belegten
Brötchen und Getränken zu fairen Selbstzahlerpreisen.

UND DANACH????

Übernachtungsmöglichkeiten - Bitte selber buchen

- **Haus Wißkirchen**
Hotel im bergischen Fachwerkhaus
(www.hotel-wisskirchen.de)
- **Altenberger Hof**
Hotel mit Design- und Landhauszimmern
(www.altenberger-hof.de)
- **Haus Altenberg**
Jugendbildungsstätte
(www.jugendpastoral.erzbistum-koeln.de/haus-altenberg)