



Herbstwanderung  
VSG-REHA Arnstein e.V.



**Sonntag, den 20. Oktober 2019**

**NACH**



**SCHRAUDEN-BACH**



In diesem Jahr führt uns die traditionelle Herbstwanderung nach Schraudenbach. Dahin hat uns erstmalig unsere Vereinskollegin Evelyn Baumann eingeladen. Wir werden um 12:00 h zum Mittagessen dort erwartet.

Nach dem Mittagessen ist ein anschaulicher Vortrag über den Einsatz von kulinarischen und zum Teil heilbringenden Gartenkräutern mit Heike Mewes geplant.

**START DER WANDERUNG IST AM VSG-FREIGELÄNDE,  
AM ALTEN SCHWIMMBAD IN ARNSTEIN  
UM 10:00 UHR**

Von dort führt unsere Wanderung über die Schraudenbacher Höhe mit ca. 7 Kilometern nach Schraudenbach.

Treffpunkt für alle, die sich die Wanderung aus gesundheitlichen Gründen nicht zumuten können, ist das Sportheim in Schraudenbach. Dort werden die Wanderer so gegen 12:00 Uhr eintreffen.

Den wohlbekanntesten Nachmittagskaffee wird es ab 15:30 Uhr geben.



Der Rückweg muss selbst organisiert werden.

Anmeldungen zur Wanderung und/oder zum Mittagessen und natürlich auch für Kuchenspenden nimmt Susanne Klein (Telefon-Nr.: 09363/995055) gerne entgegen.

Ihr könnt Euch auch dienstags oder donnerstags nach dem Sport anmelden und die ausgefüllte Rückseite abgeben oder ganz einfach eine E-Mail an [info@vsg-arnstein.de](mailto:info@vsg-arnstein.de) senden.

**Auf eine rege Beteiligung freut sich  
die Vorstandschaft schon heute !**



**Hiermit melde ich / wir**

**Name:**

---

Person(en) zur Wanderung nach Schraudenbach an!

Wir kommen mit

Person(en) nach Schraudenbach  
ins Sportheim

**Nachfolgende Mittagessenbestellung gebe ich / wir verbindlich auf:**

Leberknödelsuppe (3,50 €)

Rindfleisch mit Meerrettich (10,00 €)

Schnitzel mit Pommes oder Kartoffelsalat (8,50 €)

Gemüsetaler mit Pommes oder Kartoffelsalat (7,50 €)

Heiße Liebe (3,00 €)

Ich backe für den Nachmittagskaffee einen Kuchen:

ja

nein

Wenn ja, welchen Kuchen:

---