LANDES VERBAND LIPPE PRESSEREFERAT

PRESSEMITTEILUNG

In Verbindung mit Körper und Seele an den Externsteinen

Eine Meditationsreise findet am Sonntag, 15. November 2026, um 11.30 Uhr statt

Horn-Bad Meinberg, 3. November 2026. Innehalten, bewusst in sich gehen und die umliegende Landschaft mit allen Sinnen spüren, dazu lädt die Meditationsreise „Die Magie der Externsteine“ am 15. November um 11.30 Uhr ein. Auf dem zweieinhalbstündigen Erlebnis nimmt der erfahrene Naturbegleiter Michael Peche die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit auf eine Reise der Achtsamkeit und Entspannung, fernab jeglicher Hektik.

Das Angebot verbindet gezielte Übungen zur Entschleunigung mit Elementen der Waldmeditation, um in der besonderen Atmosphäre der Externsteine eine bewusste Auszeit zu bieten und neue Kraft zu tanken. Dabei wird die Natur nicht nur intensiv erlebbar gemacht, sondern auch eine ganzheitliche Regeneration für Körper und Seele ermöglicht.

Die Meditationsreise richtet sich an alle, die die wohltuende und stärkende Wirkung der Kombination von Natur und Meditation hautnah erfahren möchten. Für die Teilnahme in der Natur wird wetterangepasste, warme Kleidung empfohlen.

Weitere Informationen und Buchungsmöglichkeiten gibt es im Ticketshop unter: www.externsteine-info.de

Kosten: 42,00 € p. P.
Dauer: 2,5 Stunden
Ticketlink: https://t1p.de/magie-ex

Treffpunkt:
Infozentrum Externsteine
Externsteiner Str. 35 | 32805 Horn-Bad Meinberg
Tel. 05234/2029796 | externsteine@landesverband-lippe.de
www.externsteine-info.de

Abbildung:
Die herbstlichen Externsteine laden zur Ruhe und Entspannung ein (Foto:LVL)

Externsteine:
Die Externsteine sind ein Natur- und Kulturdenkmal von herausragender Bedeutung. Seit Jahrhunderten faszinieren sie die Menschen, Spuren wie z. B. das Kreuzabnahmerelief, die Grotten oder die Plattformen zeugen von ihrer Anziehungskraft. Rund 600.000 Besucherinnen und Besucher kommen jährlich zu den Externsteinen.
Der Landesverband Lippe ist Sachwalter des Denkmals und des umgebenden Naturschutzgebietes. Über die Externsteine hinaus zählen zu den bedeutenden Einrichtungen und Vermögenswerten des Landesverbandes Lippe: das Hermannsdenkmal mit der Waldbühne, das Lippische Landesmuseum Detmold, die Lippische Landesbibliothek Detmold, das Weserrenaissance-Museum Schloss Brake, die Lippische Kulturagentur, die Burg Sternberg, Denkmäler, Immobilien und Domänen, rund 15.900 Hektar naturnah und nachhaltig bewirtschafteter Wald sowie rund 3.300 Hektar landwirtschaftliche Flächen.

Landesverband Lippe – Pressereferat -, Schlossstr. 18, 32657 Lemgo
Tel.: 05261 / 250238, FAX: 05261 / 250283, E-Mail: info@landesverband-lippe.de
www.landesverband-lippe.de