



# MARATHONSEGEN

---

Gott segne eure Füße mit einem guten Tritt, damit ihr auf eurem Weg zu IHM nicht stolpert.

Er segne eure Beine mit Leichtigkeit, damit ihr auf eurem Weg zu IHM gut vorwärtskommt.

Er segne euren Atem mit Tiefe, Weite und Rhythmus, damit ihr auf eurem Weg zu IHM nicht ermüdet.

Er segne eure Sinne mit Klarheit, damit ihr auf eurem Weg das Ziel nicht aus dem Blick verliert.

Gott segne den Lauf eures Lebens.

Im Namen des Vaters  
und des Sohnes  
und des Heiligen Geistes.

Amen.