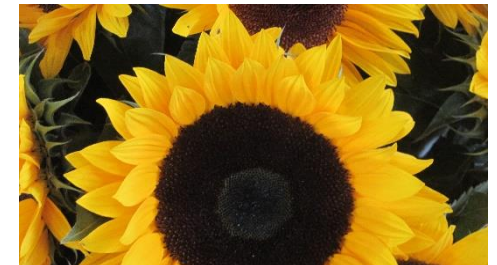


Das Bildungshaus St. Martin liegt am Ufer des Starnberger Sees, am Rande eines weitläufigen Parks mit altem Baumbestand. Es bietet als Kloster den geeigneten Rahmen für persönlichkeitsfördernde und spirituelle Angebote.



© Fotos Missions-Benediktinerinnen Bernried

FELDENKRAIS UND MEDITATION



zum Kennenlernen

Bildungshaus St. Martin, Bernried
Kloster der Missionsbenediktinerinnen
Klosterhof 8
82347 Bernried
Telefon: 08158/255-0
Telefax: 08158/255-63
E-MAIL: zentrale@bildungshaus-bernried.de
Homepage: www.bildungshaus-bernried.de

Do., 14.11. - So., 17.11.2019



BEWEGUNG

FELDENKRAIS UND MEDITATION

- zum Kennenlernen -

Lebendiger werden – äußerlich und innerlich

Unser Alltag ist häufig geprägt von Zerstreuung und Ablenkung. In der Feldenkraisarbeit unterstützen die sanften aber nachhaltigen Bewegungen die Bewusstheit für unser körperliches Tun und den gesamten Umgang mit uns selbst. Ein inniges Zusammenspiel von Meditation und „Körpererfahrung“ kann in diesem Seminar für jeden von uns erfahrbar werden und „neue Perspektiven“ bereithalten.

Wir arbeiten im Sitzen, Stehen und Liegen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken, evtl. eine Isomatte mit.

Eine Vorerfahrung in der Feldenkrais-Arbeit bzw. Meditation ist nicht notwendig.

Wer an spielerischem Ausprobieren und neuen Erfahrungen auf körperlicher und geistiger Ebene Freude hat, ist herzlich eingeladen.

Herzlich willkommen!

KURSORT

Bildungshaus St. Martin, Bernried
Kloster der Missions-Benediktinerinnen

TERMIN

Donnerstag, den 14. November, 18:00 Uhr bis
Sonntag, den 17. November 2019, 13:30 Uhr

KURSLEITUNG

Renate Lang

Psychologisch therapeutische Assistentin,
Feldenkraislehrerin

Sr. Helga Gabriela Haack OSB

Gesundheits-, und Krankenpflegerin,
Lehrerin für Pflege, Gesundheitsökonomin (FH),
TZI Gruppenpädagogin Bildungsreferentin
sr.helga-gabriela@bildungshaus-bernried.de

KOSTEN

Pension: € 207,00 EZ // € 168,00 DZ

Kursgebühr: € 65,00

Bitte die Kosten bei der Anreise bezahlen,
in bar **oder** mit EC-Karte

ANMELDUNG

Mit beigefügtem Formular **oder** auf der
Homepage www.bildungshaus-bernried.de
über “Anfrage“ auf Klosterseminar-Anfrage

Die Kurse werden in Zusammenarbeit mit der
Katholischen Erwachsenenbildung im De-
kanat Weilheim- Schongau durchgeführt.

Anmeldung zum Seminar: Feldenkrais und Meditation vom Do., 14.11. – So., 17.11.2019

Vorname und Zuname:

Straße:

Ort:

Telefon und e-mail:

Geburtsjahr: Angabe ist freiwillig)

Ich möchte essen: vegetarisch Vegan glutenfrei laktosefrei fleischhaltige Kost

Datenschutz: Mit meiner Anmeldung stimme ich zu, dass die angegebenen Informationen vom Kloster & Bildungshaus St. Martin zur Bearbeitung meiner Anfrage gespeichert werden.

Datum und Unterschrift **Kurs-Nr. 1954**