

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



© Fotos Missions-Benediktinerinnen Bernried

VERANSTALTER

Missions-Benediktinerinnen Kloster
Bernried im Bildungshaus St. Martin
Klosterhof 8, 82347 Bernried

Die Kurse werden in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Dekanat Weilheim- Schongau durchgeführt

SEMINARORT

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

FELDENKRAIS UND MEDITATION



Foto: Pixabay

**Eintauchen in
neue Erfahrungen**

Do., 21.09. bis So., 24.09.2023

FELDENKRAIS UND MEDITATION

Eintauchen in neue Erfahrungen

Unser Alltag ist häufig geprägt von Zerstreuung und Ablenkung. In der Feldenkrais Arbeit unterstützen die sanften aber nachhaltigen Bewegungen die Bewusstheit für unser körperliches Tun und den gesamten Umgang mit uns selbst.

Die Meditation ist ein Übungsweg in Stille um zur Ruhe zu kommen, der eigenen Sehnsucht Raum zu schenken, und mit dem Göttlichen, das in uns lebt in Berührung zu kommen.

Ein inniges Zusammenspiel von christlicher Meditation und Körpererfahrung kann in diesem Seminar für jeden von uns erfahrbar werden und neue Perspektiven bereithalten.

Wir arbeiten überwiegend auf der Matte im Liegen und Sitzen. Bitte bringen sie bequeme und warme Kleidung mit, evtl. ihre eigene Isomatte und dicke Socken.

Wer an spielerischem Ausprobieren und neuen Erfahrungen auf körperlicher und geistlicher Ebene Freude hat, ist herzlich eingeladen. Eine Vorerfahrung ist nicht notwendig.

Die Teilnahme ist auch für Wiederholende geeignet.

TERMIN

Donnerstag, 21.09.2023, 18:00 Uhr bis
Sonntag, 24.09.2023, 13:30 Uhr

KURSLEITUNG

Renate Lang

Psychologisch therapeutische Assistentin,
Feldenkrais Lehrerin

Sr. Helga Gabriela Haack OSB

Krankenschwester, Gesundheitsökonomin (FH),
TZI Gruppenpädagogin u. Coach, Bildungsreferentin

KOSTEN

Pension: 228,00 € EZ // 180,00 € p.P. DZ

Bitte die Kosten bei der Anreise in bar **oder**
mit Giro-Karte bezahlen.

Kursgebühr: 100,00 €

ANMELDUNG

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

STORNIERUNGSBEDINGUNGEN:

Eine Stornierung bis 4 Wochen + 1 Tag vor Seminarbeginn ist kostenfrei. Bei einer Absage der Veranstaltungsteilnahme 4-2 Wochen vor Kursbeginn werden 50% auf alle gebuchten Leistungen, 2 Wochen bis Kursbeginn 60% der Gesamtsumme berechnet, unabhängig vom Grund der Absage.

Anmeldung zum Seminar: Feldenkrais und Meditation vom Do., 21.09. – So., 24.09.2023

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 von Frau Lang zur Bearbeitung meiner Anfrage dokumentiert werden.

Datum und UnterschriftKirs-Nr.: **2331**