

Stille

EINKEHRZEIT IM KLOSTER MEDINGEN



6. März – 12. März 2010
26. Juni – 2. Juli 2010
9. Oktober – 15. Oktober 2010

Weniger tun,
weniger sagen,
Raum schaffen,
mir Zeit schenken,
sein,
einfach sein,
damit werden kann,
was in mir angelegt ist.

INFORMATION

ULLA RUX

Mühlenstraße 2, 29549 Bad Bevensen
Telefon 05821.41085
ulla.rux@gmx.de

HEIDRUN KLUKAS

Klosterweg 1, 29549 Bad Bevensen
Telefon 05821.977830
heidrunklukas@gmx.de

KURSBESCHREIBUNG

Diese Tage in der Atmosphäre des Klosters und der Schönheit der umgebenen Landschaft geben Zeit innezuhalten, bei sich selbst anzukommen, um zu erkunden und zuerspüren, was wirklich wesentlich ist im eigenen Leben.

Was inspiriert, was ist Nahrung für die Seele? Was möchten wir in unserem Leben verändern? Wie können wir den Sinn des eigenen, ganz persönlichen Lebens klarer wahrnehmen und es dadurch bewusster gestalten? Was gilt es, an hinderlichen Gedankenmustern und Einstellungen loszulassen, um zu mehr Leichtigkeit und Lebensfreude, innerem Frieden und Erfüllung zu finden?



THEMENANGEBOTE

Gestalten und Kreativität erleben
Zeit der Stille
Bewegungsmeditation
Meditativer Tanz
Entspannung mit Klangschalen
Gemeinsames Singen und Beten

LEITUNG DER EINKEHRWOCHEN

ULLA RUX

Tanzdozentin / Klangkünstlerin

HEIDRUN KLUKAS

Konventualin Kloster Medingen



BEGINN Samstag 15 Uhr **ENDE** Freitag nach dem Mittagessen

UNTERBRINGUNG im Kloster Medingen
(Einzel- oder Doppelzimmer).

TEILNEHMERZAHL 8-10

KOSTEN 510 Euro inkl. Unterkunft, Vollpension und Kursgebühr.

Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Beginn werden die Kosten zurückerstattet. Bis 1 Woche vor Beginn werden 20% der Kosten zurückerstattet und später als 1 Woche entstehen 75% der Kosten.

ANMELDESCHLUSS 4 Wochen vor Beginn

BANKVERBINDUNG

Bitte überweisen Sie die Gebühren auf folgendes Konto:
Sparda-Bank Hannover eG – Heidrun Klukas
Blz. 250 905 00 – Ktnr. 4832825

ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich zur Einkehrzeit

— **6. März – 12. März 2010**

— **26. Juni – 2. Juli 2010**

— **9. Oktober – 15. Oktober 2010**

im Kloster Medingen an.

Name / Vorname

Adresse

Telefon

Datum / Unterschrift