Anmeldung

Kraft aus der Stille

Meditations- und Schweigekurs

01.05. – 04.05.2025
Apostolatshaus Hofstetten

Name:……

Vorname:……

Straße:……

PLZ/Wohnort:……

Tel:……

Email:……

Besondere Kost:……
[ ] Einzelzimmer [ ] Doppelzimmer

Ort, Datum……

Unterschrift:……

Apostolatshaus der Pallottiner
Hofstetten 1
93167 Falkenstein/Opf.

Tel. 09462/950-0

Mail:
exerzitienhaus-hofstetten@pallottiner.org

Kosten:
Unterkunft und Verpflegung
im Einzelzimmer: 225,00 €
Kursgebühr: 110,00 € (bitte in bar)

Wir bitten Sie, die Kosten zu Beginn des Kurses direkt in Hofstetten zu begleichen.
Die Pensionskosten können in bar oder mit EC-Karte bezahlt werden; die Kursgebühr bitte in bar.

Geben Sie bitte bei Ihrer Anmeldung Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder andere Verpflegungswünsche an.

Weitere Informationen unter:

www.pallottiner-hofstetten.de

Kraft aus der Stille

Meditations- und Schweigekurs

Apostolatshaus der Pallottiner
Hofstetten 1
93167 Falkenstein/Opf.

01. – 04. Mai 2025

Kraft aus der Stille

Meditations- und Schweigekurs

Der Kurs beinhaltet durchgängiges Schweigen vom Freitagabend bis Sonntagmittag mit Meditations-einheiten und Yoga.

Die vollkommene Stille führt uns zu unserer inneren Mitte, zur uner-schöpflichen Kraftquelle in uns.
Der Kurs ist für alle Altersgruppen geeignet.

Die Meditationseinheiten umfassen jeweils 2 x 20 Minuten im Sitzen und meditatives Gehen.
Aufgelockert werden die Meditations-einheiten mit Yoga, Atem- und Entspannungsübungen, wenn möglich auch in freier Natur.

Mitzubringen sind Yogamatte und Sitzkissen oder Meditationsbänkchen und feste Schuhe für das Üben im Freien.

Es gibt auch das Angebot einer Klangschalenmassage,
Einzelbehandlung gegen Gebühr.

Der Kurs wird von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert.

Dauer:

Beginn: Donnerstag, 01.05.25 18.00 Uhr
Ende: Sonntag, 04.05.2025 13.00 Uhr

Zeitplan der Kurseinheiten:

Donnerstag	19.30 – 21.00 Uhr
Freitag und	
Samstag	07.30 – 08.15 Uhr
	10.00 – 12.00 Uhr
	15.30 – 18.00 Uhr
	19.30 – 20.30 Uhr
Sonntag	07.30 – 08.15 Uhr
	09.00 Uhr Gottesdienst
	10.30 – 12.00 Uhr

Leitung:

Josefine Schauer-Deser
Yogalehrerin BDY/EYU

Anmeldung:

Per Post (siehe rechter Abschnitt)
Per Mail an:
exerzitienhaus-hofstetten@pallottiner.org

Apostolatshaus der Pallottiner
Hofstetten 1
93167 Falkenstein