

Ich melde mich/uns verbindlich an

Tagungsnummer **23/0710** von **03.07.2023**
bis **09.07.2023**

Ich verlängere meinen Aufenthalt
von bis

Erste Mahlzeit FS ME AE

Letzte Mahlzeit FS ME AE

Nicht eingenommene Mahlzeiten können nicht vergütet werden.

Anschrift

Vorname, Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon / Fax

E-Mail

Weiterer Gast:

Schüler Azubi Student

Geburtsdatum: (Ermäßigung bis zum
25. Lebensjahr, bitte Nachweis mitsenden)

Unterbringung: (Zutreffendes bitte ankreuzen)

Zimmer mit Dusche/WC/Tel./Fön, Kat I EZ DZ

Zimmer mit Waschbecken, Kat II EZ DZ

Mehrbettzimmer

Wenn die gewünschte Kategorie belegt ist, bin ich einverstanden
mit einer niedrigeren bzw. höheren Kategorie.

Besondere Anforderungen:

(z. B. Behindertenzimmer, überlanges Bett, vegetarisches Essen)

Diät z. B. Gluten-/Laktose-/Fruktoseintoleranz

Mit dieser verbindlichen Anmeldung erkläre ich mich mit den Allgemeinen
Geschäftsbedingungen und Inhalten der Datenschutzerklärung vom Berneu-
chener Haus Kloster Kirchberg (einzusehen unter www.klosterkirchberg.de
oder postalisch anzufordern) einverstanden.

Bitte nehmen Sie mich in die Newsletterliste auf.

Ort, Datum

Unterschrift

Berneuchener Haus
Kloster Kirchberg

Das Berneuchener Haus Kloster Kirchberg ist ein Haus der Einkehr,
der Begegnung und des Gebets. Unsere Gäste sind zu den
Tagzeitengebeten und den Eucharistiefiern eingeladen. Auf
unsere Webseite und im Veranstaltungsplan (den wir Ihnen gerne
zusenden) finden Sie weiter Informationen.

Kosten der Tagung

Unterkunft und Verpflegung Vollpension pro Übernachtung	Einzel- zimmer	Doppel- zimmer pro Person
Preiskategorie I Dusche/WC/Telefon/Fön	91,00€	77,00€
Preiskategorie II Einfache Zimmer, k/w Wasser	77,00€	64,00€
Preiskategorie II Schüler, Azubis, Studenten	62,00€	51,00€
Energiekostenpauschale pro Tag/Person	2,50 €	1,50 €
Tagungsbeitrag einmalig	275,00 €	

Ermäßigung

Studentenermäßigungen sind bis zum 25. Lebensjahr bei Vorlage
des Ausweises möglich. Als Finanzierungshilfe für den Aufenthalt
kann bei der Leitung des Hauses ein **Zuschuss** aus der Stählin-
Stiftung beantragt werden.

Anmeldung

Bitte melden Sie sich frühzeitig schriftlich an. Verwenden Sie dazu,
wenn möglich, unsere Anmeldevordrucke. Eine Anmeldung ist
auch per E-Mail oder über unsere Webseite möglich. Sie erhalten
von uns eine Anmeldebestätigung.

Abmeldung, Nichtteilnahme

Im Verhinderungsfall bitten wir um rechtzeitige Abmeldung,
möglichst schriftlich, bzw. per Fax. Entsprechend unseren
Geschäftsbedingungen berechnen wir bei kurzfristiger Abmel-
dung oder Nichtteilnahme ohne Abmeldung eine Ausfallgebühr.

Berneuchener Haus Kloster Kirchberg

72172 Sulz am Neckar

07454/883 0 oder belegung@klosterkirchberg.de

www.klosterkirchberg.de

Feldenkrais – Meditation – Wandern

Irmgard Maria Hartmann

Montag, 03.07. -
Sonntag, 09.07.2023



Feldenkrais – Meditation – Wandern

Bewusstheit durch Bewegung, der Gruppenunterricht der *Feldenkrais Methode*, erfolgt meistens im Liegen oder Sitzen (täglich ca. 1 ½ Stunden). Es werden einfache, mühelose Bewegungen angeleitet. Achtsames Ausführen und gerichtete Aufmerksamkeit helfen, gewohnte Muster respektvoll wahrzunehmen. Dieser fürsorgliche Kontakt mit sich selbst sowie Variationen ermöglichen, Neues zu entdecken und zu vollständigeren und leichteren Bewegungen zu finden. Verspannungen können sich lösen, Bewusstheit und Selbstwahrnehmung werden feiner, die Atmung wird voller, die Haltung freier und aufrechter: der ganze Mensch *lebendiger gegenwärtig*.

In der *Meditation* (täglich ca. 1 Stunde einführende Praxis) versuchen wir, im Sitzen und achtsamen Gehen *in der Stille* frei und offen da zu sein. Geduldig lassen wir immer wieder alle Gedanken, Vorstellungen, Meinungen, Hoffnungen und Befürchtungen los und erleben diesen Augenblick jetzt. Damit bereiten wir den Weg, in Fühlung zu kommen mit unserer innersten Mitte, unserem tiefsten Wesensgrund.

Mehr mit uns selbst verbunden und gegenwärtig bekommt der *Alltag* mit seinen vielen Gewöhnlichkeiten, aber auch Herausforderungen eine andere Kraft und Fülle.

Martin Buber sagt: "Ich muss bei mir selbst gewesen sein, um zum Andern ausgehen zu können."

Wandern ist eine ideale Ergänzung. Bei zwei bis drei gemeinsamen Nachmittags-wanderungen können Sie durch bewussteres Gehen sich selbst und die schöne Umgebung und die anderen auf feinere Weise erleben.

Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung, warme Socken und ein größeres Handtuch als Kopfpolster.

Tagungsleitung:

Irmgard Maria Hartmann

FELDENKRAIS®-Lehrerin
Lehrerin des Würzburger
Forums der
Kontemplation (WFdK)

Anreise: Montag, 03.07.2023
Beginn: 18 Uhr
Abreise: Sonntag, 09.07.2023
ca. 13Uhr

Preise, Konditionen, Ermäßigungen

Unsere Preise sind Vollpensionspreise (3 Mahlzeiten), maßgebend sind unsere Geschäftsbedingungen und die jeweils gültige Preisliste.

Gäste, denen die Finanzierung ihres Aufenthalts schwer fällt, können einen Zuschuss aus der Stählin-Stiftung erhalten. Bitte senden Sie uns mit dieser Anmeldung einen entsprechenden Nachweis.

Ich möchte den Stiftungszuschuss nutzen.

Freiwillige, persönliche Angabe:

Geburtstag: _____

Wir nehmen den Schutz Ihrer personenbezogenen Daten ernst und es ist uns wichtig, die Erhebung und Verwendung dieser Daten transparent darzustellen. Informationen über unsere Datenschutzrichtlinien finden Sie unter www.klosterkirchberg.de/datenschutz/ oder kann postalisch angefordert werden.

Berneuchener Haus
Kloster Kirchberg
72172 Sulz am Neckar