

## Ich melde mich/uns verbindlich an

Tagungsnummer **23/1095** von   
bis

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](http://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
<b>Preiskategorie I</b> Dusche/WC/Telefon/Fön	<b>91,00€</b>	<b>77,00€</b>
<b>Preiskategorie II</b> Einfache Zimmer, k/w Wasser	<b>77,00€</b>	<b>64,00€</b>
<b>Preiskategorie II</b> Schüler, Azubis, Studenten	<b>62,00€</b>	<b>51,00€</b>
<b>Tagungsbeitrag einmalig</b>	<b>195,00 €</b>	

### 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](mailto:belegung@klosterkirchberg.de)

[www.klosterkirchberg.de](http://www.klosterkirchberg.de)

# Kontemplation und Kampf

## Stille-Meditation und Aikido

eine intensive Einkehrwoche  
für Geübte

Juta Looser-Bernard  
Pfr. Walter Wickihalder

Montag, 30.10. – Sonntag, 05.11.2023



Diese Intensivwoche möchte unsere Sehnsucht nach einem erfüllten Leben ernst nehmen und stärken.

**Stillemeditation**, im Gegensatz zu Bild- oder Textmeditation, ist hier ein Stillesitzen in der Zentradition: der Bodensitz, fest verwurzelt in der Erde, aufgerichtet zum Himmel, achtsam für Innen und Außen, schafft günstige Bedingungen, um uns dem Atem zu überlassen und Zugang zum Urgrund zu finden. Ernsthaftes und regelmäßiges Üben vertieft das Verhältnis zu uns selber, zum Anderen, zum Ganz Anderen.

**Elementare Leibarbeit** (Aiki-Taiso) verstärkt unser Bewusstsein für Hara (zentriert sein) und Atem (offen sein).

**-Aikido**, eine wettkampflöse Verteidigungskunst aus Japan, möchte ein Gegeneinander in ein Miteinander verwandeln, Konflikte friedvoll lösen: Ich weiche der Wucht eines Angriffes aus, vereine meine Kraft mit der des Angreifers und lenke sie um auf kreisförmige Bahnen. Dynamisch und harmonisch, bringt Aikido Freude und Wohlbefinden, da es uns lockert und stärkt. Aufrechte Haltung, Wachheit, und innere Ruhe sind wichtiger als Muskelkraft oder Gelenkigkeit. Deshalb ist Aikido jedem zugänglich.

**-Worte der Hl. Schrift**, die Stundengebete, Eucharistiefeiern und einige Schweigetage begleiten uns von den Stürmen der Oberfläche in die Stille der Tiefe. Eine Agapefeier am Samstag rundet unsere Übungstage ab.

## Informationen zum Kurs

### Tagesablauf :

- 6 x 30 Minuten Stille-Meditation
- 3 x 30 Minuten Aiki-Taiso
- 1 x 60 Minuten Aikido

### Bitte mitbringen :

Kimono und/oder bequeme, warme Kleidung, (zum Üben keine Strumpfhosen), Wecker, festliche Kleidung für die Agape-Feier.  
Meditationskissen, Bänkchen und Decken stehen zur Verfügung.

### Übungsräume:

Für Aikido und Aiki-Taiso dürfen wir den Kapitelsaal (100 Quadratmeter Tatami-Matten) benutzen, zur Stille-Meditation erwartet uns die gewölbte Kellerhalle.

**Anreise:** Montag, 30.10.2023

**Beginn:** 18 h Abendgebet

**Abreise:** Sonntag, 05.11.2023  
ca. 13 h

**Leitung:** Jutta Looser-Bernard,  
Aikidolehrerin  
Tel. 00 33 4 69 14 45 46  
Mail : dojodemanas@gmail.com  
http : www.dojodemanas.fr  
Pfr. Walter Wickihalder, EMB

Der Kurs setzt normale körperliche und geistige Belastbarkeit voraus. Bei erstmaliger Teilnahme und für nähere Auskünfte, wenden Sie sich bitte direkt an die Leiter!

## 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/](http://www.klosterkirchberg.de/datenschutz/) oder kann postalisch angefordert werden.

Berneuchener Haus  
Kloster Kirchberg  
72172 Sulz am Neckar