

„Sport“exerzitien

Seminar für seelische und körperliche Gesundheit

23.09. - 27.09.2019



Ihr beruflicher und privater Alltag fordert Ihre ganze Kraft. Sie sind zwar hoch motiviert, doch Sie merken, dass das so nicht auf die Dauer weitergehen kann, ohne dass Sie, Ihre Arbeit oder Ihre Angehörigen darunter leiden.

Sie merken, dass Sie immer weniger Freude an Ihrer Arbeit haben; Ihnen ist eigentlich klar, dass Sie in Ihrem Leben etwas ändern sollten.

Dann würde Ihnen eine Auszeit einmal gut tun. Steigen Sie für einige Tage aus dem Alltag, aus dem Trott, aus der Tretmühle aus. Nehmen, geben Sie sich Zeit, um sich zu besinnen, um über Gott und die Welt nachzudenken, um zur Ruhe zu kommen, um Entscheidungen zu bedenken, reifen zu lassen, oder Umsetzungsschritte zu planen. Nehmen, geben Sie sich Zeit in den Einklang mit Leib und Seele zu kommen, sich zu konzentrieren, zu hören, zu fragen, zu beten...

Ich lade Sie ins Kloster Münsterschwarzach ein, einer Benediktinerabtei mit der Möglichkeit regelmäßig am Stunden(Chor)gebet teilzunehmen, und einen Impuls zum Nach- und Weiterdenken von einem Pater zu bekommen.

Sie müssen nicht katholisch sein (oder werden ;-), um an den Sportexerzitien teilzunehmen. Sie sind offen für alle.

Wir sind im Gästehaus des Klosters untergebracht im Einzelzimmer mit Dusche und WC.

Ich lade Sie ein mit anderen zusammen in der Gemeinschaft über Ihr Leben nachzudenken und sich über verschiedene Fragen auszutauschen.

Ich lade Sie ein in der Gruppe gemeinsam mit der Physiotherapeutin Sonja Häring Übungen zur Stärkung Ihres Rückens und Ihrer Körperhaltung zu machen.

Ich lade Sie ein mit anderen zusammen spazieren zu gehen, zu walken, zu laufen – bspw. am Main entlang (je nach Ihren Vorlieben und Möglichkeiten; Teilnehmer sind schon Halbmarathons oder Marathons gelaufen). Teilnehmer haben auch schon ihr Fahrrad mitgebracht. Gerne können Sie auch das Labyrinth begehen.

Ich lade Sie ein Abends gemeinsam zusammensitzen, zu singen,...

Herzlich willkommen!

Georg Hug

Polizeidekan

Diakon Georg Hug
Am Kegelesbach 59,
73230 Kirchheim/Teck
Telefon: 07021/8046161
Handy: +49 171 3614665
Georg.Hug@polizeiseelsorge.org



Diözese
**ROTTENBURG-
STUTTGART**
POLIZEISELSORGE

„Sport“exerzitionen

Seminar für seelische und körperliche Gesundheit

23.09. - 27.09.2019



Stimmen:

„Es hat mir gut getan - fernab von Familie und Beruf- auf andere Gedanken zu kommen und in eine für mich neue Welt einzutauchen! Sofern zeitlich möglich möchte ich wieder daran teilnehmen!“

J.K.

„Super: Die Gespräche, aber auch die Ausgelassenheit und das Lachen, das Singen und natürlich auch das gemeinsame Gebet. Es finden sich Menschen, die die gleiche „Wellenlänge“ haben, und das ist einfach schön. Es ist einfach ein gigantischer Ort mit ebenso tollen Menschen.“

W.C.

„Die Reflektion mit sich selbst ist erstaunlich, etliches was vorher für mich selbstverständlich war, nehme ich nun bewusster wahr. Die Größe und Harmonie in unserer Gruppe hat mit Sicherheit auch zu dem für mich absoluten Wohlfühlgefühl beigetragen.“

C.S.

„Rückblickend eine meiner schönsten Wochen des Jahres: entschleunigt und erholsam, aber dennoch voll von schönen Begegnungen, intensiven Gesprächen und sportlichen Aktivitäten. Eine durchweg „runde“ Sache, die Mann wie Frau sich einmal im Jahr „gönnen“ sollte.“

A.K.

Kosten:

ca. € 260,-

+ Anreise, Abendessen Donnerstag und pers. Getränke
Sollten Sie kurzfristig absagen, muss ich Ihnen eine Bearbeitungsgebühr in Rechnung stellen.

Anschrift:

Benediktinerabtei
97359 Münsterschwarzach
09324/200



Diözese
ROTENBURG-
STUTTGART
POLIZEISELSORGE

„Sport“exerzitionen

Seminar für seelische und körperliche Gesundheit

23.09. - 27.09.2019

Anmeldung

Teilnehmerangaben

.....
Vorname

Name

.....
Vorname (Partner/in)

Name

.....
Geburtsdatum

Geburtsdatum Partner/in

.....
Straße

Nr.

.....
Postleitzahl

Ort

.....
Telefon

.....
E-Mail

Ich stimme der Weitergabe meiner Adresse an die anderen Seminarteilnehmer zu, um eventuell Fahrgemeinschaften zu bilden.

Verbindliche Anmeldung

.....
Unterschrift

Zutreffendes bitte ankreuzen

- Einzelzimmer
- Doppelzimmer
- Ich suche eine Mitfahrgelegenheit
- Ich biete für Personen eine Mitfahrgelegenheit

Die ausgefüllte und unterschriebene Anmeldung senden Sie bitte an obige Adresse oder per Fax **07021 8046162**.



Diözese
ROTTENBURG-STUTTGART
POLIZEISEELSORGE