



Liebe Gäste unseres Klosters,



ganz herzlich möchte ich Sie aus der Benediktinerabtei Plankstetten grüßen und die besten Segenswünsche damit verbinden.

Im Kapitel über die Aufnahme von Gästen schreibt St. Benedikt in seiner Regel, dass der Abt den Besuchern aus der Heiligen Schrift vorlesen soll, damit diese erbaut

werden. Verlässt ein Gast das Kloster, dann soll er innerlich erneuert in seinen Alltag zurückkehren. Im Hintergrund steht die Erfahrung, dass die Menschen durch die Lesung der Heiligen Schrift, durch Gebet und das seelsorgliche Gespräch verändert werden. Gerade in einer Phase, in der alles sinnlos erscheint, schenkt uns Gott ein Wort oder einen Gedanken, der Mut macht, zu neuen Lebensufeln aufzubrechen.

In unserem Gästehausprogramm 2011 bieten wir Ihnen die Möglichkeit, diesen Prozess innerlicher Veränderungen zu beginnen. So finden Sie in diesem Jahr unter anderem Kurse für Personenkreise, deren Lebenszusammenhänge schwierig geworden sind. Gerade wenn es zu Problemen kommt, lädt Gott uns zur Begegnung mit Ihm ein, denn er liebt uns und wünscht sich, dass unser Leben glückt. Ganz in diesem Sinne sind auch die biblischen Kurse und ganzheitlichen Veranstaltungen zu verstehen, die es ermöglichen sollen, sich neu auf Gott auszurichten. Aber auch kreative und gesundheitsorientierte Kurse können helfen, sich menschlich weiter zu entwickeln und sich anders und neu zu erfahren. Sie spüren, ein Kloster mit einem Gästehaus ist ein Raum, in dem Sie sich entfalten dürfen.

Unsere Sorge um die Gäste des Klosters dürfen Sie auch leibhaftig erfahren: Die Verpflegung in unserem Gästehaus trägt das BIO-LAND-Siegel und garantiert einen neuen Geschmack von Lebensmitteln. Zum guten Essen gehört aber auch Bewegung. In den Mittagspausen und freien Stunden können Sie z. B.: auf unserm Benediktuswanderweg zwischen Berching und Plankstetten wandern, der als Themenweg gestaltet wurde und Ihnen das Leben des hl. Benedikt und seiner Ordensregel nahebringt.

Ich hoffe, dass Sie in unserem Gästehausprogramm nun etwas finden, dass Sie interessiert und Ihrer Situation entspricht. Die Mönche der Abtei Plankstetten und Sr. Conrada Aigner, Gästehausleiterin freuen sich, Sie in unserem Haus begrüßen zu dürfen und wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt.

Beda M. Sonnenberg OSB
Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB
Abt der Benediktinerabtei Plankstetten

INHALT

Kurse

Kalendarisch	S. 6 - 9
Thematisch	
- Spiritualität	S. 10 - 29
- Gesundheit/Lebensführung	S. 30 - 42
- Kreativität	S. 43 - 47

Referenten

S. 49

Hinweise

Kosten: Übernachtung/Vollpension	S. 53
Kosten Kursteilnehmer	S. 53
Kursanmeldung	S. 53
Kursbeginn	S. 53
Gottesdienstzeiten	S. 54
Essenszeiten	S. 54
Anreise	S. 54
Lebensmittelqualität	S. 4, 56
Gruppen / Einzelgäste	S. 3
Ausstellung „Glauben und Handeln“ – Ikonen	S. 4

Anmeldeformular

S. 56

Aus dem Plankstettener Kalender

U2

Klosterbetriebe

U3

GRUPPEN / EINZELGÄSTE

Tagen im Kloster – Gruppen

Das Gästehaus bietet die Möglichkeit für verschiedene Gruppen, Tagungen, Seminare, Kurse usw. mit Verpflegung und Übernachtung abzuhalten. Dazu stehen Räume in unterschiedlichen Größen und die notwendige Konferenztechnik zur Verfügung.

Für weitere Informationen senden wir Ihnen gerne einen Prospekt zu oder informieren Sie schriftlich oder persönlich.

Tage im Kloster – für Einzelgäste

Einzelnen Menschen, die zur Ruhe kommen und neue Kraft schöpfen wollen, steht unser Kloster offen. Sie sind im Haus St. Gregor als Einzelgäste herzlich willkommen! Sie können Tage der Erholung erleben und die Zeit nutzen, um zu sich selber und zu Gott zu kommen. Neben der Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche, laden die Natur und eine bewusste Ernährung zu einer ganzheitlichen Erfahrung ein.

Eine Gesprächsbegleitung durch P. Pius Wichert, einen der Mönche oder durch Sr. Conrada Aigner ist auf Anfrage möglich. Je nach Bedarf besteht nach Absprache auch die Gelegenheit zur Mitarbeit in einem unserer Klosterbetriebe (Gärtnerei oder Landwirtschaft). Ein Fahrradverleih über das Gästehaus ist möglich. (Leihgebühr pro Fahrrad/Tag € 7,50)

Kosten für Übernachtung und Verpflegung siehe Seite 53.

Ein Tag im Kloster – für Gruppen

Für Gruppen, die einen Ausflug zu uns machen, bieten wir folgende Programmgestaltungsmöglichkeiten:

Mit einer Kirchenführung werden die Grunddaten der Klostergeschichte vermittelt, vom benediktinischen Ordensleben erzählt und die byzantinische Krypta nahe gebracht. Eine moderne Ausstellung „Glauben und Handeln“ eröffnet einen vertieften Einblick in das gegenwärtige Leben der Mönchsgemeinschaft sowie das ökologische Konzept. Neu zu besichtigen ist eine Ikonen-Ausstellung. Die Klosterschenke lädt zur Stärkung ein. Der Klosterhofladen hält viele biologische Köstlichkeiten bereit und die Klosterbuchhandlung und der Missionsbasar bieten ein reichhaltiges Angebot an.

Auskunft und Anmeldung über das Gästehaus (Tel. 08462/206-201)

„Kloster auf Zeit“ – für Interessierte

Junge Männer, die sich mit der Frage ihrer eigenen Lebensform beschäftigen, ein geistliches Leben führen wollen und offen sind für den Ruf Gottes, sind eingeladen, das klösterliche Leben näher kennen zu lernen.

Termin und weitere Absprache mit P. Pius Wichert OSB, Tel. 08462/206 130 Gästehaus oder pius.wichert@kloster-plankstetten.de

Jugend- oder Schülergruppen können auf Anfrage Tage im Kloster als „ora et labora“-Gäste verbringen.

Speisen in bester BioQualität

Wir Mönche von Plankstetten bewirtschaften unsere Landwirtschaft und Klostergärtnerei seit 1994 nach den Prinzipien des biologisch-organischen Landbaus (Bioland). So wollen wir zur Erhaltung der Schöpfung beitragen. Die Urprodukte aus Landwirtschaft und Gärtnerei veredeln wir mit handwerklichem Können und mit Liebe in unserer Klosterbäckerei und Klostermetzgerei zu gesunden und wohlschmeckenden Lebensmitteln. Ergänzend bevorzugen wir Rohstoffe aus der Region. Genießen Sie die guten Speisen aus der Klosterküche von unseren Feldern frisch auf Ihren Tisch.

Feste feiern im Kloster

Ihre kleine familiäre Feier, z.B.: Geburtstag, Taufe, Kommunion oder Ihre Weihnachtsfeier... richten wir gerne nach Ihren Wünschen für Sie aus. Ein romanisches Kellergewölbe mit 45 Plätzen bietet für Ihre Feier eine besondere Atmosphäre. Unser Küchenteam bereitet für Sie Köstlichkeiten aus besten ökologischen Zutaten.

Weitere Infos und Anfragen: Gästehaus St. Gregor
Tel. 08462/206-130

Dauer-Ausstellung: Glauben und Handeln - Ikonen

Sehen – hören – erleben Sie, wie die Mönche von Plankstetten benediktinische Spiritualität zu einem wegweisenden ökologischen Wirtschafts- und Lebenskonzept formen. Außerdem ist eine Ikonenausstellung zu besichtigen!

Öffnungszeiten:

Sonntag/Feiertag 11.00 Uhr – 18.00 Uhr

Montag – Samstag 9.00 Uhr – 18.00 Uhr

MONATLICH

Plankstettener Abt Maurus – Gebetsgemeinschaft

Gebetstreffen jeweils am 2. Donnerstag im Monat (Bei Änderungen, bitte die monatliche Ankündigung in den regionalen Tageszeitungen beachten!) Ort: Klosterkirche, Zeit: 19.00 Uhr Komplet, 19.30 Uhr Aussetzung des Eucharistischen Herrn in der Abt-Maurus-Monstranz, stille Anbetung, gestaltete Anbetung (Kurz Betrachtungen vor den einzelnen Rosenkranzgeheimnissen), Eucharistischer Segen, Gebet um die Seligsprechung des gottseligen Abtes Maurus Xaverius Herbst OSB.

Familienkatechese, Nazareth' für Familien und Einzelpersonen

Möglichkeit eucharistischer Anbetung, Rosenkranz Göttlichen Barmherzigkeit, Beichtgelegenheit und Sonntagsmesse, Glaubensgespräch für alle Interessierten, Besprechen des Katechismus der Katholischen Kirche, abschließend gemütliche Kaffee-Runde, unkomplizierte Einbeziehung der Kinder.

**Ausnahmslos jeden letzten Sonntag im Monat von 14.00 Uhr bis 17.30 Uhr im Gästehaus;
Unkostenbeitrag € 5,-- (Kinder frei)**

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Für Jugendliche

Jugendvesper Plankstetten

Jeden 3. Freitag des Monats 19.30 Uhr in der Abteikirche
Besinnliches Singen und Beten, Worte der Ermutigung, freie Fürbitten, musikalische Gestaltung durch verschiedene Gruppen, Gelegenheit zum Beisammensein.

Ansprechpartner: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten
www.schneemuehle.de

Jugendhaus Schneemühle

Nähere Auskunft zu Programm und Zielsetzung des Hauses erteilt das Jugendhaus Schneemühle 08462/2484 oder das

Kath. Jugendsekretariat - Schneemühle

Jugendpflegerin, Martha Gottschalk Tel 08462/9421851
www.jugendstelle-schneemuehle.de

Termin	Kurs	Thema	Seite
JANUAR			
04.01. - 06.01.	100	Kalligraphie – Werkstatt (KB)*	43
07.01. - 09.01.	001	Dem Rhythmus folgen	10
21.01. - 23.01.	002	Kontemplationskurs	10
22.01.	003	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	10
22.01.	004	Oasentag: Du stellst meine Füße auf weiten Raum	11
FEBRUAR			
04.02. - 11.02.	066	Fasten mit Leib und Seele (KB)*	30
12.02.	005	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	11
14.02. - 18.02.	006	Êxerziten für Manager	11
14.02. - 16.02.	067	Workshop Projektmanagement	30
17.02.	068	Workshop Öffentlichkeitsarbeit	30
17.02.	069	Gesund leben, Heilung natürlich unterstützen	31
18.02. - 20.02.	101	Warme Farben statt kalte FüÙe (KB)*	43
19.02.	007	Oasentag: Dein Glaube versetzt Berge	12
19.02.	070	Faschingskrapfen	31
26.02.	008	Meditativer Tanz	12
MÄRZ			
04.03. - 05.03.	071	Die Stimme – mein persönliches Instrument	31
04.03. - 11.03.	072	Gesundheitswoche	32
12.03.	009	Gott. Ja – Kirche: Nein...?	12
14.03. - 17.03.	073	Eine Reise zu den Inseln der Lebenskraft – Burn-out-Prävention	32
19.03.	010	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	12
20.03. - 24.03.	011	Komm, wir suchen einen Schatz	13
25.03. - 27.03.	012	Besinnungswochenende	13
26.03.	074	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	33
27.03. - 03.04.	075	Fasten mit Leib und Seele (KB)*	33
APRIL			
02.04.	013	Einkehrtag in der Fastenzeit	13
02.04.	076	Backtag: Osterlamm u. Osterbrot	33
08.04. - 10.04.	014	Gregorianischer Choral	13
08.04. - 10.04.	015	Besinnungstage für Benediktiner- Oblaten u. Interessierte	14
09.04.	016	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	14
09.04.	017	Oasentag: Kreuzwege – Lebenswege	14
15.04. - 17.04.	102	Malkurs: KreativSein (KB)*	43
15.04. - 21.04.	103	Ikonenmalkurs: Mose (KB)*	44

16.04.	018	Die Dynamik der Krise entdecken	14
16.04.	077	Fit ins Frühjahr mit der Kraft der „wilden Kräuter“	34
21.04. - 24.04.	019	Die Kar- und Ostertage gemeinsam feiern	15
29.04. - 01.05.	104	Golddosen – Goldschachteln (KB)*	44
29.04. - 01.05.	078	Workshop für Frauen	34
30.04.	020	Spirituelle Wege in der Osterzeit	15
MAI			
06.05. - 08.05.	021	Biblisches Wochenende	16
07.05.	022	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	16
07.05.	079	Vom Zauber der Vogelstimmen	34
09.05. - 12.05.	023	Besinnungstage für ältere Menschen	16
21.05.	024	Oasentag: Von Gottes Geist bewegt	17
21.05.	025	Kinderbesinnungstag	17
21.05.	080	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	35
JUNI			
02.06. - 05.06.	105	Malerische Kreativ-Reise (KB)*	45
04.06.	026	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	17
04.06.	081	Der Holunder blüht!	35
17.06. - 19.06.	082	Lebensqualität durch nachhaltige Balance	35
18.06.	027	Spirituelle Wege an Pfingsten	17
24.06. - 26.06.	028	Gregorianischer Choral	18
25.06.	083	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	36
29.06. - 30.06.	029	Wer war Jesus wirklich?	18
JULI			
01.07.- 03.07.	030	Workshop: Neues Geistliches Lied	18
01.07. - 08.07.	084	Gesundheitswoche	36
08.07. - 10.07.	031	Biblische Power-Frauen	19
08.07. - 10.07.	085	Lebens-Atem und Lebens-Sinn	37
09.07.	032	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	19
15.07. - 17.07.	086	Carpe diem – Kraftquellen fürs Leben	37
16.07.	087	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	38
22.07. - 24.07.	033	Einführung in die Meditation	19
31.07. - 07.08.	106	Christliche Kunst und Kalligraphie (KB)*	45
AUGUST			
06.08.	088	7 Kräutlein für Segen und Schutz	38
08.08. - 14.08.	107	Ikonenmalkurs – Der hl. Johannes der Täufer (KB)*	45
13.08.	034	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	20
15.08. - 19.08.	035	Wanderexerziten	20

19.08. - 25.08.	089	Fasten mit Leib und Seele (KB)*	38
21.08. - 26.08.	036	Einzelexerziten	20
22.08. - 25.08.	090	Gesundheitstage mit Kindern	39
SEPTEMBER			
03.09.	037	Oasentag: Lebens-Farben sammeln	21
03.09.	091	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	39
04.09. - 11.09.	108	Malkurs: Lebensbäume – Lebensräume (KB)*	46
05.09. - 11.09.	109	Ikonenmalkurs: Der hl. Johannes der Täufer (KB)*	46
07.09. - 09.09.	038	Führung und Spiritualität	21
10.09.	039	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	22
16.09. - 18.09.	092	Glücklich und gesund	39
16.09. - 18.09.	040	Workshop: Neues geistliches Lied	22
16.09. - 18.09.	041	Gregorianischer Choral	22
19.09. - 22.09.	042	Senioren-gemeinschaftstage	22
19.09. - 23.09.	043	Ora et labora Woche	23
24.09.	093	Herbstfrucht- und Beerenkochkurs	40
OKTOBER			
01.10.	044	Kinder-Besinnungstag	23
01.10	094	Backtag: Kirchweihfest	40
08.10.	095	Von Baum zu Baum	40
10.10. - 13.10.	045	Kurzexerziten für Frauen	23
15.10.	046	Spirituelle Wege an Kirchweih	23
15.10.	047	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	24
17.10. - 20.10.	096	Gesundheit und Lebensorientierung	41
21.10. - 23.10.	048	Stille Tage im Kloster für Männer in der Lebensmitte	24
29.10.	049	Lebensschutztag	25
31.10. - 04.11.	050	Schweigeexerziten für Frauen	25
NOVEMBER			
04.11. - 06.11.	051	Träume – Gottes vergessene Sprache	25
05.11.	052	Besinnungstag	26
05.11.	097	Backtag: Vom Korn zum Brot	41
11.11. - 18.11.	098	Gesundheitswoche	41
11.11. - 13.11.	110	Farbenlust statt Nebelfrust	46
12.11.	053	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	26
16.11.	054	Ein Tag für verwitwete Frauen	26
18.11. - 20.11.	055	Besinnungstage für Benediktineroblatten und Interessierte	26
18.11. - 20.11.	111	Kalligraphiewerkstatt (KB)*	47

18.11. - 20.11.	112	Springerle vergolden und versilbern (KB)*	47
19.11.	056	Oasentag: Im Alltag, Gott einen Ort sichern	27
21.11. - 25.11.	057	Exerzitien für Priester	27
25.11. - 27.11.	058	Biblisches Wochenende	27
25.11. - 27.11.	113	Malkurs: KreativSein (KB)*	47
26.11.	059	Meditativer Tanz	28
DEZEMBER			
03.12.	060	Ein Tag stiller euchar. Anbetung	28
09.12. - 11.12.	061	Die Tiefe der Zeit erfahren	28
09.12. - 11.12.	062	Wochenende für Frauen	28
10.12.	099	Weihnachtsbäckerei	42
16.12. - 18.12.	063	Lebenssinn und Lebenspläne	29
17.12.	064	Spirituelle Wege an Weihnachten	29
30.12. - 01.01.	065	Jahreswende gemeinsam feiern	29

*(KB)= Kursbeschreibung kann angefordert werden

**Schenken Sie
Bildung und/oder Erholung im Kloster!**

GUTSCHEINE

**für unsere Seminare/Kurse und
für „Zeit im Kloster“**

Nutzen Sie unser Angebot,
für viele Gelegenheiten Freude zu bereiten:
Geburtstage, Weihnachten, Jubiläen...

Info unter 08462/206-201

Helfen Sie uns, Kosten zu sparen!

**Wir bitten Sie, uns mitzuteilen,
wenn Sie an unserem Jahresprogramm
nicht mehr interessiert sind.**

Vielen Dank!

001 Dem Rhythmus folgen – Afrikanische Trommel und Meditation

Das benediktinische Leben ist geprägt vom gleich bleibenden Rhythmus. Rhythmus des Lebens lässt sich ausdrücken im Trommeln. In dem Workshop wird auf Djemben und einem Basstrommelset gespielt, dies sind Trommeln, die in Westafrika verwendet werden. Begonnen wird der Kurs mit Bodypercussion, so dass jeder Teilnehmer leicht Zugang zum Rhythmus finden kann. Für den Kurs sind keine besonderen Vorkenntnisse nötig. Trommeln können gestellt werden. Wer eine eigene Trommel hat, kann diese mitbringen. An diesem Wochenende erleben Sie den Rhythmus von Trommeln, Meditation, Gebet und Bewegung, so dass es zu einem inneren Gleichgewicht zwischen Konzentration und Entspannung führen kann.

Leitung: Irene Drasch, Eggenfelden
Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Fr. 07. Jan., 18.00 Uhr - So. 09. Jan., 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 65,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

002 Kontemplationskurs: Atme in mir!

Mit dem Schweigekurs wird das Jesus-Gebet als Grundlage der Kontemplation eingeübt und vertieft. Die Gebetserfahrung aus dem frühen Mönchtum führt in das innere Schweigen und in die Stille.

Leitung: P. Benedikt Schwenzl OSB, Plankstetten;
Dagmar Übler, Forchheim

Fr. 21. Jan., 17.30 Uhr – So. 23. Jan., 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 45,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

003 „In Gottes Gegenwart“ Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung einiger Teile der eucharistischen Hymnen anlässlich des Gedenkens des hl. Kirchenlehrers Thomas von Aquin. Beichtgelegenheit bzw. Möglichkeit zum Einzelgespräch, Hl. Messe.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 22. Jan., 9.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten: € 18,-- inkl. M/K

004 Oasentag:

„Du stellst meine Füße auf weiten Raum“

Eine Oase finden in der Wüste des Lebens, Wasser für die dürstende Seele, gastliche Zelte, Zeit haben, Ruhe finden und einen schattigen Ort. Singen, beten, lachen, miteinander reden und wieder aufstehen und weitergehen, gestärkt mit GOTT und seinem WORT. Ein Tag mit Impulsen, kreativen Elementen, Zeit der Besinnung und Austausch.

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Sa. 22. Jan., 9.00 Uhr – 17.00 Uhr

Kosten: € 25,-- inkl. M/K

Weitere Oasentage: 19. Febr. / 09. April / 21. Mai / 03. Sept. / 19. Nov.

FEBRUAR

005 „In Gottes Gegenwart“

Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

zum Gedenken Unserer Lieben Frau von Lourdes.

Kursbeschreibung: siehe 22. Jan.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 12. Febr., 9.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-- inkl. M/K

006 Exerzitien für Manager

Sich aus dem Alltag ausklinken und die Ruhe suchen, sich regenerieren und sich inspirieren lassen – dazu möchten die Exerzitien für Führungskräfte und Manager einladen. Meditationsübungen, Impulse, Wanderungen und Gespräche sollen zu einem vertieften Verständnis des Alltags helfen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten

Mo. 14. Febr., 18.00 Uhr - Fr. 18. Febr., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 240,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

007 Oasentag: „Dein Glaube versetzt Berge“

Kursbeschreibung siehe: 22. Jan. (Kurs-Nr.: **004**)

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Sa. 19. Febr., 9 Uhr – 17 Uhr - Kosten: € 25,-- inkl. M/K

Weitere Oasentage: 09. April / 21. Mai / 03. Sept. / 19. Nov.

**008 Meditativer Tanz –
einen ganzen Tag lang**

KEB

„Ich lobe den Tanz, denn er befreit den Menschen von der Schwere der Dinge, bindet den Einzelnen zu Gemeinschaft“ (Hl. Augustinus). Im meditativen Tanz spüren wir unserem Leben nach. Lassen wir unsere Füße an diesem Tag mit Tanz erfüllen. Bewegung – Ruhe – Texte, dem Kirchenjahr entsprechend sollen uns in einem ausgewogenen Maß gut tun. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Leitung: Sr. Hermine Ferber, Rebdorf/Eichstätt

Sa. 26. Febr., 9.30 Uhr – 16.30 Uhr

Kosten: € 35,-- inkl. M/K - Weiterer Kurs: 26. Nov.

MÄRZ**009 Gott: Ja. – Kirche: Nein...?**

KEB

Offener Gesprächstag für Menschen, die die Kirche nicht mehr verstehen oder die sich von der Kirche unverstanden fühlen. Sind die Schwierigkeiten wirklich unlösbar? Gespräch in Gemeinschaft und/oder ‚unter vier Augen‘. Mit Angebot zur Teilnahme am Chorgebet der Mönche.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 12. März, 10.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-- inkl. M/K

**010 „In Gottes Gegenwart“.
Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung**

Einführende und begleitende Betrachtung liturgischer Texte zur Fastenzeit und zu den Hochfesten des hl. Joseph/Mariae Verkündigung. Kursbeschreibung: siehe 22. Jan.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 19. März 9 Uhr - 17 Uhr - Kosten 18,-- inkl. M/K

011 Komm, wir suchen einen Schatz

Jede und jeder ist König oder Königin im eigenen Reich. Es ist das Reich der Erinnerungen. In jedem Königreich gibt es auch eine Schatzkammer. Kennen Sie die Schätze in Ihrer Schatzkammer? Was zeichnet Ihre Schätze aus? Wir wollen gemeinsam auf eine Entdeckungsreise gehen, Schätze entdecken, heben und verschenken. Dies versuchen wir gemeinsam auf kreative Weise und an Hand von biblischen Texten.

Leitung: Renate Ebeling, Kiel

Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

So. 20. März, 18.00 Uhr - Do. 24. März, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 95,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

012 Besinnungswochenende: „Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt“

Bestehen von Leid, Krankheit, Einsamkeit, Tod und Partnerverlust: Nachdenken über Jesu Verheißung, Erfahrungsaustausch, Möglichkeit zum Einzelgespräch, zum Gebet und zur Beichte.

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten

Fr. 25. März, 18.00 Uhr – So. 27. März, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 35,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

APRIL**013 Einkehrtag in der Fastenzeit – „Tut dies zu meinem Gedächtnis“**

An diesem Tag erhalten Sie eine Einführung in die heilige Messe und Impulse zum Thema, Messe als Kraftquelle für den Alltag. Um 16 Uhr wird ein gemeinsamer Gottesdienst gefeiert.

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten

Sa. 2. April, 9.00 Uhr – 17.00 Uhr

Kosten: € 20,- inkl. M/K

014 Gregorianischer Choral – Sing meine Seele


Singen von Gregorianischem Choral heißt singend beten. Das Erlernen von Gesängen, theoretische Auseinandersetzung

mit der Gregorianik und Stimmbildung werden an diesem Wochenende angeboten. Die Gesänge vom Sonntag bilden den Inhalt des Kurses.

Leitung: Dr. Gloria Braunsteiner, Pressburg

Fr. 08. April, 18.00 Uhr – So. 10. April, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 65,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

Weitere Kurse: 24. Juni / 16. Sept.

015 **Besinnungstage für Benediktineroblatten, Interessierte und für Gäste**

Alle, die ihren Alltag im Geiste des heiligen Benedikt gestalten wollen, sind zu diesem Besinnungstag eingeladen.

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten

Fr. 08. April, 17.00 Uhr – So. 10. April, 13.30 Uhr

Kosten für Übernachtung/Verpflegung

Weiterer Termin: 18. Nov.

016 **„In Gottes Gegenwart“. Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung**

Einführende und begleitende Betrachtung anlässlich des Gedenkens der hl. Katharina von Siena.

Kursbeschreibung: siehe 22. Jan. (Kurs-Nr.: **003**)

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 9. April 9.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten 18,- inkl. M/K

017 **Oasentag: „Kreuzwege – Lebenswege“**

Kursbeschreibung siehe: 22. Jan. (Kurs-Nr.: **004**)

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Sa. 09. April, 9.00 Uhr – 17.00 Uhr

Kosten: € 25,- inkl. M/K

Weitere Oasentage: 21. Mai / 03. Sept. / 19. Nov.

018 **Die Dynamik der Krise entdecken**

Die Erfahrung mit Menschen in Lebenskrisen sagt uns: In einer Krise liegt der Beginn einer neuen Dynamik. Sie

kann verkrustete Schablonen des Denkens und des religiösen Tuns aufbrechen, schöpferische Keime freisetzen und zu neuen, sinnerfüllten Aufgaben befähigen. Für viele wurde das Leben dichter, erfüllter, froher und strahlt auf andere aus. Wie es Wege aus der Krise einzelner gibt, so auch für die Gesamtheit der Kirche. Die fortschreitende Entfremdung von Kirche und Religion mit allen Schäden der modernen Gesellschaft können überwunden werden, wenn jeder seine eigenen Ängste und Anfragen anschaut und bearbeitet. Das Tagesseminar möchte aufzeigen, welche Ansätze aus der Verunsicherung und Orientierungslosigkeit zu einem tieferen, beglückenden Glauben führen. Das Religiöse als die stärkste Kraft kann erschlossen werden, Menschen können im Gespräch zu ihrem wahren Wesen und zueinander finden.

Leitung: P. Guido Kreppold, OFM Cap Eichstätt

Sa. 16. April, 9 Uhr – 17 Uhr - Kosten: € 40,-- inkl. M/K

019 Die Kar- und Ostertage gemeinsam feiern – österliche Menschen werden!

Das gemeinsame Mitvollziehen der Liturgie am Gründonnerstag, am Karfreitag und an Ostern steht im Mittelpunkt dieser Tage. Hinführungen zu den einzelnen Gottesdiensten wollen eine vertiefte innere Teilnahme ermöglichen. Zeiten der Stille sowie kreative und geistliche Angebote haben das Ziel, unser Christsein aus dem Osterglauben zu stärken.

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten
Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Do. 21. April, 18.00 Uhr – So. 24. April, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 45,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

020 Spirituelle Wege in der Osterzeit

Die Traurigkeit der Kartage „vergeht“, indem sich die Jünger auf den Weg von Jerusalem nach Emmaus machen. Indem sie miteinander den Weg und ihre Erfahrung teilen, öffnen sie sich der Gegenwart des Auferstandenen. Kurze Texte aus der Heiligen Schrift und von geistlichen Schriftstellern, Zeiten des Schweigens und des Gesprächs und die Brotzeit auf dem Weg (ca. 15 km) soll die Teilnehmer für die Ostererfahrung öffnen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

Sa. 30. April, 9.00 Uhr – 16.00 Uhr

Kosten: € 10,-

Weitere Termine: 18. Juni. / 15. Okt. / 17. Dez.

MAI

021 **Biblisches Wochenende:**

KEB

„Begegnung am Gottesberg“

Nach der Flucht aus Ägypten und der Rettung am Schilfmeer führt der Weg des JHWH-Volkes Israel durch die Wüste hin zum Sinai. Hier finden Ereignisse statt, die von besonderer Bedeutung sind. Während des Wochenendes befassen wir uns mit Texten über Israels Wüstenweg hin zum Sinai (Ex 15, 22 – 18,27) und über die Ankunft am Sinai. Aus der sog. Vorderen Sinaiperikope (Ex 19 – 24) interessieren wir uns besonders für die 10 Gebote und den Bundschluss. Können derartige Texte auch uns heute noch etwas sagen? Es wird gebeten, eine eigene Bibel mitzubringen. Zur Vorbereitung ist es sinnvoll, den einschlägigen Bibeltext Ex 15 – 24 zu lesen.

Leitung: Prof. Dr. Franz Sedlmeier, Augsburg

Fr. 06. Mai, 18.00 Uhr – So. 08. Mai, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 50,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

022 **„In Gottes Gegenwart“.**

Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung über die Gottheit Jesu Christi zum Gedenken des hl. Kirchenlehrers Athanasius.

Kursbeschreibung: siehe 22. Jan. (Kurs-Nr.: **003**)

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 7. Mai. 9.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten 18,- inkl. M/K

023 **Besinnungstage für ältere Menschen: Länger leben – im Vertrauen wachsen**

Diese Tage laden ein, dem Leben nachzuspüren und sich im Glauben und Vertrauen zu stärken. Die Mitfeier der klösterlichen Gottesdienste, gemeinsame Betrachtungen

von biblischen Texten, Gespräche und frohe Gemeinschaft sollen an Leib und Seele gut tun.

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten
und Mönche der Abtei

Mo. 09. Mai, 15.00 Uhr – Do. 12. Mai, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 35,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

024 Oasentag: „Von Gottes Geist berührt“

Kursbeschreibung siehe: 22. Jan. (Kurs-Nr.: **004**)

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Sa. 21. Mai, 9 Uhr – 17 Uhr - Kosten: € 25,- inkl. M/K

Weitere Oasentage: 03. Sept. / 19. Nov.

025 Kinder ‚fragen‘ Kinderfragen...

„Warum hat GOTT die ganze Welt erschaffen? Wieviel wert ist sie? Ist meine Seele weniger oder mehr wert als die ganze Welt?“ Besinnungstag für Kinder: Beten, Basteln, Besinnen, Ballspielen...

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 21. Mai, 10 Uhr - 17 Uhr - Kosten: € 8,- inkl. M/K

JUNI

026 „In Gottes Gegenwart“

Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte anlässlich der Pfingstnovene, sowie zur Vorbereitung von Fronleichnam. Kursbeschreibung: siehe 22. Jan.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 4. Juni, 9 Uhr - 17 Uhr - Kosten: 18,- inkl. M/K

027 Spirituelle Wege an Pfingsten

Die Begeisterung des Pfingstfestes setzt in den Jüngern ganz neue Kräfte frei und lässt sie aufbrechen aus der Angst, dem Misstrauen und der Verzweiflung der Kartage. Kurze Texte aus der Heiligen Schrift und von geistlichen

Schriftstellern, Zeiten des Schweigens und des Gesprächs und die Brotzeit auf dem Weg (ca. 15 km) sollen in den Teilnehmern die Begeisterung für Gott wecken.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten

Sa. 18. Juni, 9 Uhr – 16 Uhr - Kosten: € 10,--

Weitere Termine: 15. Okt. / 17. Dez.

028 Gregorianischer Choral – Sing meine Seele

KEB

Über das Singen des Gregorianischen Chorals hinaus ist die intensive Auseinandersetzung mit den theoretischen Hintergründen, vor allem der Semiologie, im Mittelpunkt des Wochenendes. Es ist gedacht für Interessierte, die sich neben dem Singen mehr mit der Theorie beschäftigen wollen. Im Sonntagsgottesdienst wird das Proprium des Sonntags gesungen.

Leitung: Dr. Gloria Braunsteiner, Pressburg

Fr. 24. Juni, 18.00 Uhr – So. 26. Juni, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 65,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

Weiterer Kurs: 16. Sept.

029 Wer war Jesus wirklich? – Begegnungen mit dem historischen und biblischen Jesus

KEB

Wer Gott immer mehr lieben will, muss auch suchen, ihn immer besser kennen zu lernen! Wie gut kennen wir eigentlich Jesus als Laien? Sind es nicht immer die gleichen ausgewählten Sonntags-Evangelien, die wir seit Kindheitstagen hören, zu denen uns aber vielfach das nötige „Umfeld“ für ein umfassenderes Verständnis fehlt! Diese Tagung mit einem namhaften Exegeten soll dem abhelfen.

Leitung: Prof. Dr. Wolfgang Stegemann, Neuendettelsau

Mi., 29. Juni, 11.00 Uhr – Do., 30. Juni, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 40,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

JULI

030 Workshop: Neues Geistliches Lied – Singt das Lied der Freude über Gott

KEB

In diesem Workshop wird der junge Dirigent und Komponist Martin Völlinger seine neuen Lieder vorstellen.

len und proben. Im Mittelpunkt stehen Psalmvertonungen, Lobpreislieder und Gebete im Pop und Jazzgewand. Auch Gospels und Spirituals werden gesungen. Es gibt Tipps zur Stimmbildung, Chorleitung, Erstellung von Arrangements und zur Liedbegleitung. Eingeladen sind Sänger/innen aller Stimm- und Altersgruppen bzw. Multiplikatoren, die Freude am gemeinsamen Musizieren von Neuen Geistlichen Liedern haben. Instrumente können mitgebracht werden. Die erarbeiteten Lieder werden bei einem kleinen Konzert präsentiert.

Leitung: Martin Völlinger, Luzern/Schweiz

Fr. 01. Juli, 18.00 Uhr – So. 03. Juli, 16.00 Uhr

Kursgebühr: € 55,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung (Schüler/Stud. ermäßigt);

Weiterer Termin: 16. Sept.

031 Biblische Power-Frauen – manchmal braucht's etwas Mut!

KEB

Jede kennt es! Wir kommen in Situationen, die uns erst einmal ratlos, sprachlos und handlungsunfähig machen. Aus verschiedenen Gründen heraus fehlt uns der Mut, das zu tun, was wir gern tun wollen oder gerade, die zu sein, die wir sind. An diesem Frauen-Wochenende lassen wir uns von biblischen Power-Frauen mit Mut und Zuversicht für unser eigenes Leben inspirieren.

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Fr. 08. Juli, 18.00 Uhr - So. 10. Juli, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 45,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

032 „In Gottes Gegenwart“ Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zum Monat des Kostbaren Blutes.

Kursbeschreibung: siehe 22. Jan. (Kurs-Nr.: **003**)

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 9. Juli, 9 Uhr - 17 Uhr - Kosten: 18,- inkl. M/K

033 Einführung in die Meditation

Das Wochenende bietet eine Einführung in die Meditation in durchgängigem Schweigen. Wichtig sind dabei die

Grundhaltungen des Sitzens in der Stille, die Achtsamkeit für den Atem und Einübung eines Gebetswortes. Ziel ist die Bewusstwerdung der Gegenwart Gottes in mir. Unterstützt wird diese Erfahrung durch die aufmerksame Wahrnehmung des Körpers, durch meditativen Tanz und durch das Einüben des Jesusgebetes.

Leitung: P. Benedikt Schwenzl OSB, Plankstetten;
Dagmar Übler, Forchheim

Fr. 22. Juli, 17.30 Uhr – So. 24. Juli, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 45,--

zzgl. Übernachtung/Verpflegung

AUGUST

034 „In Gottes Gegenwart“

Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zum Hochfest der Leiblichen Aufnahme Mariens in den Himmel. Kursbeschreibung: siehe 22. Jan.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 13. Aug., 9 Uhr - 17 Uhr - Kosten: € 18,-- inkl. M/K

035 Wanderexerzitien

Die Gegend rund um das Kloster lädt zu Tageswanderungen (ca. 12 km am Tag!) ein und bietet darüber hinaus auch spirituelle Orte, die zur Einkehr einladen. Kurze biblische Texte, Zeiten des Schweigens, das Verweilen an spirituellen Orten und Gespräche in der Gruppe sollen zu einem tieferen Selbstverständnis und zur Gotteserfahrung helfen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten

Mo. 15. Aug., 18.00 Uhr – Fr. 19. Aug., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 50,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

036 Einzelexerzitien

Ausgerichtet auf den spirituellen Weg des Einzelnen sind die Tage geprägt vom Schweigen, von Zeiten der Betrachtung und dem täglichen Begleitgespräch. Chorgebet und Konventamt bilden den geistlichen Rahmen dieser Zeit.

Leitung: P. Joseph Kärtner OSB, Plankstetten

So. 21. Aug., 17.00 Uhr – Fr. 26. Aug., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 50,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

SEPTEMBER

037 Oasentag: „Lebens-Farben sammeln“

Kursbeschreibung siehe: 22. Jan. (Kurs-Nr.: **004**)

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Sa. 03. Sept., 9.00 Uhr – 17.00 Uhr

Kosten: € 25,-- inkl. M/K

Weiterer Oasentag: 19. Nov.

038 Führung und Spiritualität für Führungskräfte mit und ohne Weisungsbefugnis

KEB 

Wie beeinflusst Spiritualität unser Führungsbild und Führungshandeln? Ist spirituelle Persönlichkeitsentwicklung und wertschätzender Umgang mit den Menschen und der Schöpfung eine Voraussetzung für verantwortliche und nachhaltige wirtschaftliche/betriebliche Entwicklungen? Was hat Spiritualität mit Wirtschaftsethik und Unternehmenskultur zu tun? Das Seminar ist eine Einladung an Führungskräfte in unterschiedlichen Leitungspositionen, ob in der freien Wirtschaft, in Projekten, in sozialen Einrichtungen oder Ehrenämtern. Im Mittelpunkt steht die Erfahrung der eigenen Spiritualität im Hier und Jetzt der Gruppe, der Kontakt zur inneren Führung und des Sich-Führenlassens in der Ausgestaltung der eigenen Führungsrolle. Sie erhalten eine Bescheinigung zur Anerkennung als berufliche Fortbildung! (Firmen und Institutionen bieten wir die Möglichkeit, den Kurs als geschlossene Veranstaltung im Kloster zu belegen.)

Leitung: Cornelia Janson, München;

Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Mi. 07. Sept., 18.00 Uhr – Fr. 09. Sept., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 85,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

039 „In Gottes Gegenwart“ Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zu den Festen ‚Kreuzerhöhung‘ und ‚Schmerzen Mariens‘. Kursbeschreibung: siehe 22. Jan.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 10. Sept., 9.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten: € 18,-- inkl. M/K

040 Workshop: Neues Geistliches Lied – Singt das Lied der Freude über Gott

Kursbeschreibung: siehe 01. Juli

Leitung: Martin Völlinger, Luzern/Schweiz

Fr. 16. Sept., 18.00 Uhr – So. 18. Sept., 16.00 Uhr

**Kursgebühr: € 55,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung
(Schüler/Studenten ermäßigt)**

041 Gregorianischer Choral – Sing, meine Seele

Kursbeschreibung siehe 08. April (Kurs-Nr.: **014**)

Leitung: Dr. Gloria Braunsteiner, Pressburg

Fr. 16. Sept., 18.00 Uhr – So. 18. Sept., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 65,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

042 Seniorengemeinschaftstage – „Wenn sich der Sommer neigt“

Geistliche und gemeinschaftliche Tage laden ein, sich für den Herbst des Lebens zu öffnen. Die Möglichkeit zur Mitfeier der klösterlichen Gottesdienste, geistliche Impulse und kleinere Unternehmungen in der schönen Natur prägen diese Tage.

Referenten: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten
und Mönche der Abtei

Mo. 19. Sept., 15.00 Uhr – Do. 22. Sept., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 35,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

043 „Ora et labora“ – Woche

In Gebet und in der Arbeit Gott näher kommen! (Der Weg des hl. Benedikt zu Gott) Teilnahme am Stundengebet, Mitarbeit im Garten, bei der Obsternte oder im Haus, Impulse zu den „Werkzeugen der geistlichen Kunst“ (Regel Benedikts Kap. 4) und Einzelgespräche sind in diesen Tagen möglich. (Arbeitskleidung und entsprechende Schuhe mitbringen.)

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten

Mo. 19. Sept., 11.00 Uhr – Fr. 23. Sept., 13.30 Uhr
Übernachtung und Verpflegung frei!

044 Kinder-Besinnungstag

Zum Gedenktag der Kleinen hl. Theresia vom Kind Jesu „Ich wollte immer ein Kind bleiben“ (Theresia von Lisieux) oder wie man immer fröhlich sein kann.

Beten, Basteln, Besinnen, Ballspielen...

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 01. Okt., 10.00 Uhr - 17.00 Uhr
Kosten: € 8,- inkl. M/K

OKTOBER**045 Der Seele Raum geben –
Kurzexerzitien für Frauen**

„Schweigen heißt nicht, nichts sagen, sondern mit allen Kräften hören“ Madeleine Délbrel

Diese Tage sollen der Seele Raum geben, um wieder ‚hören‘ zu können; auf sich – auf andere – und auf Gott. Durchgehendes Schweigen, gemeinsame und persönliche Gebetszeiten, täglicher Impuls und begleitendes Einzelgespräch sind Hilfen dazu.

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Mo. 10. Okt., 11.00 Uhr – Do. 13. Okt., 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 50,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

046 Spirituelle Wege an Kirchweih

Viele Kirchen, Kapellen, Wegkreuze und Marterln an den Straßen, die unsere Orte verbinden, gleichen den Perlen

einer Kette. Von Perle zu Perle kann sich der Wanderer (ca. 15 km) von den Orten, ihrem religiösen Gehalt und den Geschichten inspirieren lassen, um so zu Gott und zu sich selbst zu finden.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten

Sa. 15. Oktober, 9.00 Uhr – 16.00 Uhr

Kosten: € 10,--

Weiterer Termin: 17. Dez.

047 „In Gottes Gegenwart“. Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung einiger Texte Papst Johannes Pauls II zum Rosenkranzmonat.

Kursbeschreibung: siehe 22. Jan. (Kurs-Nr.: **003**)

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 15. Oktober, 9.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten: € 18,-- inkl. M/K

048 Stille Tage im Kloster für Männer in der Lebensmitte



„Wer von Euch kann mit all seinen Sorgen sein Leben auch nur um einen Tag verlängern?“ (Buch Kohelet)

Diese Frage stellt ein weiser biblischer Schriftsteller bereits vor 2000 Jahren – sicher ist das auch die Erfahrung von uns heutigen Männern: Sich sorgen um die Partnerin, um die Kinder, die Aufgaben im Beruf...– das gehört fraglos zum Leben. Aber kommt bei all dem nicht manchmal die Freude am Leben, das Unbeschwerte, die eigenen Träume, ja die Lebendigkeit zu kurz? Leben wir manchmal vielleicht sogar am Leben vorbei? In diesem Seminar wollen wir unseren Alltag unterbrechen und uns um unser eigenes Innenleben kümmern – damit die Freude am Leben nicht zu kurz kommt. Methoden sind dabei Übungen zur Körperentspannung, Zeiten der Stille, Meditation, gemeinsame Gespräche und teilw. Teilnahme am Stundengebet der Mönche.

Leitung: Ernst Würschinger, Freising

Alfred Rott, Freising

Fr. 21. Okt. 15.00 Uhr – So. 23. Okt., 13.00 Uhr

Kursgebühr: 100,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

049 Lebensschutztag

Information zur ‚Kultur des Lebens‘ (Papst Joh. Paul II), Gespräch über die ‚Kultur des Lebens, Gebet um die ‚Kultur des Lebens‘. Gelegenheit zur hl. Messe, zum Chorgebet, zur stillen Anbetung, zum gemeinsamen Rosenkranzgebet. Der Lebensschutztag wird veranstaltet in Zusammenarbeit mit den Helfern für Gottes Kostbare Kinder Deutschland e.V.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 29.Okt., 9.00 Uhr - 17.00 Uhr

Kosten: € 18,- inkl. M/K

**050 Schweigeexerziten für Frauen:
„Vor Gott darf ich ganz Mensch sein“**

Durchgehendes Schweigen, Zeiten des Gebets und der Betrachtung, zwei Impulse, sowie auf Wunsch die Möglichkeit zum Einzelgespräch wollen dazu anregen, das eigene Leben in den Blick zu nehmen und Gottes Spuren in ihm sichtbar werden zu lassen.

Leitung: Barbara Bagorski, Eichstätt

* In Kooperation mit dem Referat Frauenseelsorge der Diözese Eichstätt

Mo. 31. Okt., 14.30 Uhr - Fr. 04. Nov., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 45,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

NOVEMBER**051 Träume – Gottes vergessene Sprache in uns** 

Träume können uns Wegweiser sein und uns zeigen, wo wir stehen. S. Freud bezeichnet Träume als „via regia“ zur Erkenntnis unbewusster Kraft, die für unser Alltagshandeln Sinn und Bedeutung hat. Doch Traumdeutung ist eine Kunst, zu deren Ausübung es persönlicher Reife, Erfahrung und eines geübten Zugangs zu den introspektiven, empathischen Fähigkeiten auf einer spirituellen Basis bedarf. Meditation und biblische Texte zusammen mit psychoanalytischer Traumarbeit führen uns zum tieferen Verstehen des schöpferischen Prozesses und der Symbolsprache der eigenen Träume.

Leitung: Cornelia Janson, München

Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Fr. 04. Nov., 18.00 Uhr - So. 06. Nov., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 85,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

052 **Besinnungstag: „Ich bin bei euch alle Tage bis zum Ende der Welt“**

Bestehen von Leid, Krankheit, Einsamkeit, Tod und Partnerverlust. Zum Abschluss wird eine hl. Messe gefeiert.

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten

Sa. 5. Nov., 9 Uhr - 17 Uhr - Kosten: € 20,-- inkl. M/K

053 **„In Gottes Gegenwart“. Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung**

Einführende und begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zum Allerseelenmonat.

Kursbeschreibung: siehe 22. Jan. (Kurs-Nr.: **003**)

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 12. Nov., 9 Uhr - 17 Uhr - Kosten: € 18,-- inkl. M/K

054 **Tag für verwitwete Frauen: „Gott ist es, der auch im Dunkeln führt.“**

Tod und Trauer führen oft an Grenzen, an denen das Leben für den Hinterbliebenen seinen Sinn zu verlieren scheint. Der Tag lädt dazu ein, gemeinsam nach Wegen zu suchen, wie heilsam mit der Trauer umgegangen werden kann. Darüber hinaus werden Möglichkeiten vorgestellt, die helfen können, das eigene Leben neu zu wagen.

Leitung: Barbara Bagorski, Eichstätt

* In Kooperation mit dem Referat Frauenseelsorge der Diözese Eichstätt.

Mi. 16. Nov., 9.30 Uhr – 16.00 Uhr

Kosten: € 20,-- inkl. M/K

055 **Besinnungstage für Benediktineroblatten, Interessierte und für Gäste**

Alle, die ihren Alltag im Geiste des heiligen Benedikt gestalten wollen, sind dazu herzlich eingeladen.

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten

Fr. 18. Nov., 17.00 Uhr – So. 20. Nov., 13.30 Uhr

Kosten für Übernachtung/Verpflegung

056 Oasentag: „Im Alltag, Gott einen Ort sichern“

Kursbeschreibung siehe: 22. Jan. (Kurs-Nr.: **004**)

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Sa. 19. Nov., 9 Uhr – 17 Uhr - **Kosten: € 25,-** inkl. M/K

057 Exerzitien für Priester: „Mein Herz soll über Deine Hilfe frohlocken“ (Ps. 13, 6 b)

Täglichzweigeistliche Impulse, durchgehendes Stillschweigen, Betrachtungs- und Gebetszeiten stehen im Vordergrund dieser geistlichen Übungen. Der Exerzitienbegleiter bietet die Möglichkeit zum Einzelgespräch an.

Leitung: P. Joseph Kärtner OSB, Plankstetten

Mo. 21. Nov., 17.00 Uhr – Fr. 25. Nov., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 45,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

058 Biblisches Wochenende:

„Der Sohn Gottes ist gekommen, damit wir den wahren Gott erkennen“ 1 Joh 5,20

Zu jeder Adventzeit fangen wir neu an, den Weg Gottes in die Welt kennen zu lernen, zu betrachten und zu verstehen. Mit der Geburt Christi ist Gott mit Augen zu sehen und mit Händen zu greifen. Der Verfasser des 1. Johannesbriefes zählt sich zu denen, die solche ‚handgreiflichen‘ Zeugen werden durften. Er geht in seinem Schreiben vom Bekenntnis zu Jesus Christus aus und stellt die Grundbedingungen dar, Jünger in der Nachfolge Jesu zu sein. Im Mittelpunkt steht die gegenseitige Liebe. Sie ist die Antwort auf die göttliche Liebe, die in der Geburt Christi erfahrbare Gestalt annimmt. In ihr bewährt sich der Glaube. Der Brief des Johannes zeigt, was für den christlichen Glauben unaufgebbar ist, und möchte dazu anregen, wie man den Glauben ins Leben überführt. Die Themen, die der erste Johannesbrief behandelt, erweisen sich auch heute als zeitgemäß und aktuell. Die Arbeit an diesem großen Text wird meditativ unterbrochen durch Motetten bedeutender Komponisten, welche das Glaubensgeheimnis der Menschwerdung vertont haben, und sie wird ergänzt durch die Betrachtung eines frühmittelalterlichen Bildes.

Leitung: P. Johannes Jeran SJ, Dresden

Fr. 25. Nov., 18.00 Uhr – So. 27. Nov., 13.30 Uhr

Kosten: € 65,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

059 Meditativer Tanz – einen ganzen Tag lang KEB

Kursbeschreibung: siehe 26. Februar (Kurs-Nr.: **008**)

Leitung: Sr. Hermine Ferber, Rebdorf/Eichstätt

Sa. 26. November, 9.30 Uhr – 16.30 Uhr

Kosten: € 35,-- inklusive M/K

DEZEMBER**060 „In Gottes Gegenwart“
Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung**

Einführende und begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zur Adventszeit und zum Hochfest der Unbefleckten Empfängnis Mariens. Kursbeschreibung: siehe 22. Jan.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

Sa. 03. Dez., 9 Uhr - 17 Uhr - Kosten: € 18,-- inkl. M/K

061 Die Tiefe der Zeit erfahren KEB

Bestimmte Zeiten eines Tages und eines Jahres werden von der Heiligen Schrift mit religiösen Erfahrungen hinterlegt. Die Texte helfen, die eigenen Erlebnisse aufzuschlüsseln, sie in ihrem religiösen Gehalt tiefer zu erfahren und sein eigenes Handeln und Verhalten entschiedener auszurichten. Dort, wo die Augen offen sind, kann Gottes Gegenwart inmitten des Alltags erfahren werden.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten

Fr. 09. Dez., 18.00 Uhr - So. 11. Dez., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 90,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

**062 Wochenende für Frauen:
„Advent, worauf es ankommt!“**

Ein ruhiges und entspannendes Adventswochenende für Frauen, die sich trotz allem Zeit nehmen, für das, worauf es ankommt und sich so bewusst auf Weihnachten einstimmen wollen.

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten,
Sr. Elisabeth Schrödl, Altötting

Fr. 09. Dez., 18.00 Uhr – So. 11. Dez., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 35,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

Wir gehen von der Grundannahme aus, dass jeder Mensch einen achtsamen Umgang mit sich selbst, mit seinen Mitmenschen und seiner Umwelt anstrebt. Doch eine gesunde und glückliche, dem Schöpfungswillen entsprechende Selbstentfaltung wird häufig durch „unbewusste“ Zuschreibungen und normative Zwänge blockiert. Im Laufe unseres Lebens verinnerlichen wir diese einschränkenden Denk- und Handlungsweisen und folgen ihnen unbewusst wie einem vorgegebenen Plan oder Skript. In einer kleinen Seminargruppe wollen wir gemeinsam das unbewusste Skript aufdecken und blockierende Zuschreibungen lösen, um sie in einen schöpfungs- und selbstbejahenden Lebensplan zu verwandeln. Wir laden dazu besonders Teilnehmerinnen und Teilnehmer vergangener Seminare ein, die an ihrer individuellen Skriptanalyse weiter arbeiten möchten.

Leitung: Cornelia Janson, München
Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Fr. 16. Dez., 18.00 Uhr - So. 18. Dez., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 85,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

064 Spirituelle Wege an Weihnachten

Der Besuch Marias bei Elisabeth, die Herbergssuche, die Wanderung der Sterndeuter und die Flucht nach Ägypten sind Erzählungen, die von Heilswegen berichten. Heil geschieht dadurch, dass sich Menschen auf den Weg (ca. 15 km) machen und sich durch den Glauben bestimmen. Die Erzählungen der Heiligen Schrift, Zeiten des Schweigens und des Gesprächs und die Brotzeit helfen, sich innerlich von Gott anrühren und sich von seinem Geist führen zu lassen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten

Sa. 17. Dezember, 9 Uhr – 16 Uhr - Kosten: € 10,-

065 Jahreswende gemeinsam – anders feiern

Wer auf besinnliche und gemeinschaftliche Weise den Weg in das neue Jahr begehen möchte, ist zu diesen Tagen willkommen. Zur Mitfeier der klösterlichen Gottesdienste wird herzlich eingeladen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten
Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Fr. 30. Dez., 18.00 Uhr – So. 01. Jan., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 45,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

FEBRUAR

066 Fasten mit Leib und Seele

KEB

Eine Woche des Fastens ist mehr als ein Gesundheitstraining und mehr als ein bewusstes Reduzieren von Kalorien. Die Tage sind geprägt durch den klösterlichen Rhythmus und die Möglichkeit, Besinnung, Einkehr und Ruhe zu finden. Nähere Kursbeschreibung kann angefordert werden.

Leitung: Angelika Fellner, Ansbach

Fr. 04. Febr., 18.00 Uhr – Fr. 11. Febr., ca. 11.00 Uhr
Gesamtkosten: € 422,50 inkl. Übernachtung/Verpflegung

067 Workshop Projektmanagement

KEB

Projekte, wie Jubiläen, Feste, „Tag der Offenen Tür“, Umbau, Anbau, Renovierung, Leitbilder-Erarbeitung, Mitarbeiterwerbung, Öffentlichkeitsarbeit etc. stehen immer wieder an. In sozialen Einrichtungen, Kleinbetrieben, Kommunen, Kirchengemeinden und Vereinen werden keine Mitarbeiter für solche „Projekte“ freigestellt. Geht das ohne die Verantwortlichen, Mitarbeiter oder Mitglieder vollkommen zu überlasten? Worauf müssen Sie achten? Wie starten und strukturieren Sie gekonnt ein Projekt? Wie entscheiden Sie, ob Sie ein Projekt schultern können? Wie schließen Sie ein Projekt ab und was lernen Sie daraus? Nach dem Kurs gehen Sie Projekte aller Art garantiert professionell und motiviert an. Projektmanagement macht Spaß und hat viele Gewinner, wenn man es richtig anpackt.

Leitung: Dagmar Bürzle, Neunkirchen am Brand

Mo. 14. Febr., 14.00 – Mi. 16. Febr., 16.00 Uhr
Kursgebühr: € 85,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

068 Workshop Öffentlichkeitsarbeit

KEB

Öffentlichkeitsarbeit: – heute wichtiger, denn je – ist auch mit geringem finanziellen Aufwand möglich – mit Struktur und System. Schwerpunkte: – strukturierte Öffentlichkeitsarbeit – Flyer – interne Öffentlichkeitsarbeit – Pressearbeit. Das Seminar richtet sich an kleine und mittelständische Unternehmen, soziale Einrichtungen, Kirchengemeinden, Kommunen und Vereine.

Leitung: Dagmar Bürzle, Neunkirchen am Brand

Do. 17. Febr. 9 Uhr – 17 Uhr - Kosten: € 65,- inkl. M/K

069 **Gesund leben, Heilung natürlich unterstützen**

KEB

Die Heilkunde der Hl. Hildegard von Bingen – Wertvolle Erkenntnisse für Ihr Wohlergehen.

Hildegard von Bingen war eine der bedeutendsten Frauen des Mittelalters (1098 – 1179). Aus der Weisheit Gottes schrieb sie neben theologischen und kosmischen Büchern auch ein Werk, das eine umfassende Heilkunde beschreibt. Hildegard v. Bingen betrachtet dabei Körper, Geist und Seele in ihren Zusammenhängen. Gerade diese ganzheitliche Sichtweise ist für unsere Gesundheit von großer Bedeutung. Lernen Sie in Grundzügen die Ernährungstheorie, Psychotherapie, die Behandlungsmethoden und Universalmittel der Hildegard v. Bingen kennen, schmecken und schätzen. Die Hildegardmedizin ist eine zeitlos gültige Heilkunde, mit der Sie Krankheiten verhindern und die Gesundheit wieder herstellen können.

Leitung: Simone Harren, Schwabach

Do. 17. Febr., 9.00 Uhr – 17.00 Uhr;

Kursgebühr: € 37,- inkl. M/K

070 **Backtag: Faschingskrapfen**

KEB

Erfreuen Sie doch Ihre Familie im Fasching mit selbst gebackenen Krapfen gefüllt mit Hiffenmark! Unser Bäckermeister führt Sie ein in die traditionelle Kunst der Schmalzbäckerei und weckt in Ihnen die Freude am selber backen.

Leitung: Frater Bonifatius Holzmann OSB, Plankstetten

Sa. 19. Febr., 13.30 Uhr – 18 Uhr; Kursgebühr: € 25,-

MÄRZ

071 **Die Stimme – mein persönliches Instrument**

KEB

Die Stimme ist eines der wichtigsten Ausdrucksmittel unserer Persönlichkeit. Der Klang unserer Stimme ist individuell und ein Spiegel unserer Seele. Unsere Stimme ist ein Persönlichkeitsmerkmal, das unsere Wirkung und unseren Eindruck auf andere wesentlich bestimmt. Sie lernen in diesen Tagen, wie Sie Ihr persönliches „Instrument“ für den Alltag vorbereiten können. Erleben Sie die Kraft Ihrer Stimme und entwickeln Sie Freude am Stimmklang und Ihrem individuellen Ausdruck. Vitalität und Authentizität nehmen dadurch

zu und Sie intensivieren Ihre positive Wirkung auf andere. Dieser Kurs dient dazu, sich seiner Stimme bewusst zu werden und sie bei Lesungen, Gebeten, vor Gemeinschaften und im Gespräch nachhaltig einzusetzen.

Leitung: Christina Kleinjung, Regensburg

Fr. 04. März, 18.00 Uhr - Sa. 05. März, 19.00 Uhr

Kursgebühr: € 85,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

072 Gesundheitswoche –

KEB

Reinigung von Körper, Geist und Seele

Gesundheit und Lebensfreude durch Acidotherapie auf der Grundlage von Pfr. Sebastian Kneipp und Dr. Renate Collier. Entsäuern, Entgiften, Darmreinigen, Gewicht reduzieren oder Gewicht balancieren mit hochwertig biologischer Ernährung, Atem- und Bewegungslehre, Kneipp'schen Wasseranwendungen, Massagen, Wandern, Entspannungstechniken, Gespräche über Sinn- und Lebensfragen mit der Gelegenheit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten.

Leitung: Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger: Tel.: 08122/3436

Fr. 04. März, 18.00 Uhr – Fr. 11. März, 13.30 Uhr

Gesamtkosten: ab € 585,- bis € 655,-

inkl. Übernachtung/Verpflegung

Weitere Kurse: 01. Juli / 11. Nov.

073 Eine Reise zu den Inseln der Lebenskraft

KEB

– Kurs zur Burn-out-Prävention

Sie fühlen sich zunehmend erschöpft? Ihre Energiereserven schwinden? Sie sind reif für die Insel? Oder sie wollen rechtzeitig Ihre „Burn-out-Fallen“ kennen und vorbeugen? Mit „Burn-out-Syndrom“ werden vielfältige Beeinträchtigungen des körperlichen und seelischen Wohlbefindens umschrieben. Oft liegen die Ursachen in einem Ungleichgewicht von Geben und Nehmen, nicht nur materiell, sondern vor allem auch auf der emotionalen Beziehungsebene. Der klösterliche benediktinische Lebensrhythmus und das auf die körperlich-seelisch-geistige Balance ausgerichtete Kursangebot mit Bewegung, gezielter Bewältigung von Dysstress, bewusster Ernährung kann Ihnen neue Lebenskraft und einen bewussten, achtsamen Umgang mit sich selbst vermitteln. In der Regel erstat-

ten die Krankenkassen über ‚IGeL‘ die Kursgebühr!

Leitung: Cornelia Janson, München

Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Dr. med. Igor Haluszczynski, München

Mo. 14. März, 14.00 Uhr - Do. 17. März, 15.30 Uhr

Kursgebühr: € 145,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

074 Wildkräuterwanderung mit Kochkurs KEB **- Frühlingskräuter**

Die Natur ist nach dem Winter dabei wieder zu erwachen. Das ist jetzt die richtige Zeit, Frühjahrsputz für Körper – Geist und Seele zu halten. Wer könnte uns dabei besser behilflich sein als die Natur selbst. Wir sammeln miteinander die ersten frischen Wildkräuter und verkochen diese zu einem schmackhaften Menü. Den Anfang macht ein Löwenzahnvitaldrink, dann gibt es Nudeln mit Löwenzahnknospensoße bis hin zum Obstsalat mit Blüten und Spitzwegerich.

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing

Sa. 26. März., 9.00 Uhr – 13.00 Uhr

Gesamtkosten: € 37,-

075 Fasten mit Leib und Seele KEB

Eine Woche des Fastens ist mehr als ein Gesundheitstraining und mehr als ein bewusstes Reduzieren von Kalorien. Die Tage sind geprägt durch den klösterlichen Rhythmus, Bewegung und Impulsen für ein gesundes Leben. Eine Kursbeschreibung senden wir Ihnen gerne zu.

Leitung: Amata Bayerl, Ottobeuren

So. 27. März, 18.00 Uhr – So. 03. April, 11.00 Uhr

Gesamtkosten: € 422,50 inkl. Übernachtung/Verpflegung

APRIL

076 Backtag: Osterlamm und Osterbrot KEB

Das Backen von Ostergebäck hat eine lange Tradition in den Klöstern. An diesem Tag sind Sie eingeladen, bei der Herstellung dieser schmackhaften Kunstwerke mitzuwirken.

Leitung: Frater Bonifatius Holzmann OSB, Plankstetten

Sa. 02. April, 13.30 Uhr – 18.00 Uhr
Kursgebühr: € 25,--

**077 Fit ins Frühjahr mit der Kraft
der „wilden Kräuter“**

KEB

Kommen Sie mit und lernen Sie nach den langen Wintermonaten unsere wichtigsten essbaren Frühlingsboten kennen. Wir sammeln miteinander die ersten frischen Kräuter und bereiten gemeinsam eine traditionelle „Gründonnerstag-Suppe“ zu.

Leitung: Claudia Vögele, Berching-Staufersbuch

Sa. 16. April, 10.00 Uhr - 16.00 Uhr
Kursgebühr: € 37,-- inkl. K/M

078 Workshop für Frauen

KEB

Frauen, das „starke“ Geschlecht! Warum verkaufen wir uns so schwach? Schwerpunkte: – Verhandeln, auch Gehalt und Honorar – Forderungen durchsetzen – Argumentieren, auch im familiären Umfeld – Grenzen aufzeigen und NEIN sagen! – Zeit- und Selbstmanagement.

Wir werden in diesem Seminar viel üben, und es wird auf Ihre Wünsche und Bedürfnisse eingegangen.

Leitung: Dagmar Bürzle, Neunkirchen am Brand

Fr. 29. April, 18.00 – So. 01. Mai, 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 65,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

MAI

079 Vom Zauber der Vogelstimmen

KEB

Um Vögel an Ihrer Stimme zu erkennen, benötigt man einen einprägsamen „Einstieg“. Reine Tondokumente, wie sie zahlreich im Handel angeboten werden, sind hierfür nicht ausreichend. Prof. Hans-Heiner Bergmann hat in sein didaktisch besonders für Einsteiger konzipiertes Buch jahrzehntelange Erfahrung aus unzähligen Bestimmungskursen eingebracht. Am Vormittag erleben Sie eine Exkursion rund um Plankstetten und am Nachmittag werden Sie in das Buch „Grundkurs Vogelstimmen“ eingeführt.

Leitung: Rudolf Wittmann, Ingolstadt

Sa. 07. Mai, 9.00 Uhr – 16.00 Uhr

Kursgebühr: € 35,- inkl. M/K

080 Wildkräuterwanderung mit Kochkurs KEB
– Maikräuter

Der Mai ist gekommen; nicht nur die Bäume schlagen aus. Lernen Sie die Vorsommerkräuter wie Gundermann, Giersch, Waldmeister und Bärlauch kennen. Begeben Sie sich mit mir auf eine Entdeckungsreise rund um das Kloster, um eben diese Kräuter zu finden. Danach verarbeiten wir diese zu einem köstlichen Menü. Es gibt Wildkräutersalat, Bärlauchsuppe, Aufstriche und als Nachtisch Gundermanneis mit Gundermannkonfekt.

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing

Sa. 21. Mai, 9.00 Uhr – 13.00 Uhr

Gesamtkosten: € 37,-

JUNI

081 Der Holunder blüht! KEB

Gehen Sie mit mir auf eine Entdeckungsreise rund um den Holunder! Wir entdecken gemeinsam, was alles in diesem herrlichen Strauch steckt. Von der Wurzel bis zur Beere, von mythischen Geschichten bis hin zu leckeren Rezepten und sogar feinen Mittelchen zur Körperpflege. Sie dürfen prickelnden Holundersekt probieren, selber „Hollerküchle“ backen und erfahren, wie man Gelee, Sirup und auch Kosmetik aus Blüten zaubern kann.

Leitung: Claudia Vögele, Berching-Staufersbuch

Sa. 04. Juni, 10.00 Uhr – 16.00 Uhr

Kursgebühr: € 37,- inkl. K/M

082 Lebensqualität durch nachhaltige Balance KEB

Permanente Veränderungsprozesse mit zunehmender Arbeits- und Leistungsverdichtung sowie hoch flexible Arbeitsstrukturen und Arbeitszeitmodelle stellen die einzelne Person vor die Herausforderung, die Balance zwischen den persönlichen Ressourcen und den Anforderungen der

Arbeitswelt selbstverantwortlich zu regulieren und für sich ein nachhaltiges gesundheitsförderliches Lebenskonzept im Umgang mit der zunehmenden Entgrenzung zwischen Berufs- und Privatleben zu gestalten.

Die Seminartage im Kloster bieten Ihnen die Möglichkeit, Lösungen zu entwickeln und dabei ihr tiefer liegendes, unbewusstes Lebens- und Berufsscript kennen zu lernen.

Leitung: Cornelia Janson, München
Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Fr. 17. Juni, 18.00 Uhr – So. 19. Juni, 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 85,- zuzüglich Übernachtung/Verpflegung

083 Wildkräuterwanderung mit Kochkurs KEB **– Sommerkräuter**

Beifuß, Beinwell, Holunder, Wiesenbärenklau und Melde! In der Mitte des Sommers, um die Zeit an Johanni, haben die Sommerpflanzen ihren höchsten Gehalt an Inhaltsstoffen. Lernen Sie mit mir die lichtvollen Sommerpflanzen kennen, ernten und weiterverarbeiten zu Kräuterlimo und einem leckeren Sommerkräutermenü, z.B. Wiesensalat, Melde-Wiesenbärenklau-Suppe, gefüllte Beinwellröllchen mit Tomatensoße und Wein-Hollerküchle.

Leitung: Claudia Vögele, Berching-Staufersbuch

Sa. 25. Juni, 9.00 Uhr – 13.00 Uhr
Gesamtkosten: € 37,-

JULI

084 Gesundheitswoche – KEB **Reinigung von Körper, Geist und Seele**

Gesundheit und Lebensfreude durch Acidose-therapie auf der Grundlage von Pfr. Sebastian Kneipp und Dr. Renate Collier. Entsäuern, Entgiften, Darmreinigen, Gewicht reduzieren oder Gewicht balancieren mit hochwertig biologischer Ernährung, Atem- und Bewegungslehre, Kneipp'schen Wasseranwendungen, Massagen, Wandern, Entspannungstechniken, Gespräche über Sinn- und Lebensfragen mit der Gelegenheit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten.

Leitung: Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger: Tel.: 08122/3436

Fr. 01. Juli, 18.00 Uhr – Fr. 08. Juli, 13.30 Uhr

Gesamtkosten: ab € 585,-- bis € 655,--

inkl. Übernachtung/Verpflegung

Weiterer Kurs: 11. Nov.

085 Lebens-Atem und Lebens-Sinn

KEB 

Ein Wochenende zum Atemholen und Sinnfinden für Paare und Einzelpersonen. Atmen ist Lebens-Not-Wendig – wie eine Sinnfindung. Wenn wir in unserem Atem sind, sind wir bei uns. Und wer bei sich ist, kann ganz DA-SEIN und ist so begegnungsfähig – die Voraussetzung für eine Sinnfindung im Leben eines Menschen. Wir wollen uns an diesem Wochenende auf den Erfahrungsweg begeben und dabei alle Dimensionen des Mensch-Seins einbeziehen – Körper, Seele wie Geist. In diesem Einüben eines achtsamen Umgangs mit uns selbst und anderen werden wir erfahren, wie nahe wir auch dem großen DU – Gott – kommen können.

Leitung: Theresa Michel, Regensburg

Hubertus Grandy, Regensburg

Fr. 08. Juli, 18.00 Uhr – So. 10. Juli, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 120,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

086 Carpe diem – Kraftquellen fürs Leben

KEB 

Carpe diem, genieße den Tag, pflücke den Tag, nutze den Tag... immer geht es darum, innezuhalten, abzuschalten, zur Ruhe kommen, sich Zeit für Entspannung, Erholung und zum Wohlfühlen gönnen und vor allem neue Energie schöpfen, mit dem wirkungsvollen Ergebnis von körperlichem und geistigem Wohlbefinden. Ausgeglichenheit, Zufriedenheit und eine Spur des Glücks folgern daraus. Leichte Wanderungen, Kraft spendende Rituale, Körper- und Entspannungsübungen schaffen Impulse auf dem Weg in ein erfüllteres und bewussteres Leben.

Leitung: Amata Bayerl, Ottobeuren

Fr. 15. Juli, 18.00 Uhr – So. 17. Juli, 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 85,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

087 Wildkräuterwanderung mit Kochkurs ^{KEB} – Brotaufstriche

Überall finden wir leckere Kräuter, Beeren und Früchte, die uns die Natur einfach so schenkt. Wir wissen aber nicht mehr welche Köstlichkeiten wir daraus zubereiten können. Wir begeben uns auf eine Wanderung rund um das Kloster und bereiten dann aus unseren gesammelten Schätzen leckere Brotaufstriche zu, wie Bärlauch–Feta–Creme, Wildkräutercreme, Vogelbeere-Apfelaufstrich und vieles mehr.

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing

Sa. 16. Juli, 9 Uhr – 13 Uhr; Gesamtkosten: € 37,--

AUGUST

088 7 Kräutlein für Segen und Schutz ^{KEB}

Während dieses Seminartags erhalten Sie einen offenen Einblick in die historische Tradition der Verwendung von Pflanzen als menschliche Begleiter durch alle Kulturen und Glaubensrichtungen. Während einer Kräuterwanderung werden Artenkenntnisse aufgefrischt und vertieft, sowie individuell Blumen und Kräuter für den eigenen Buschen geschnitten und gesammelt. Höhepunkt bildet das angeleitete Binden eines Kräuterbuschens, der auch geweiht wird.

Leitung: Hansjörg Hauser, Regensburg

Sa. 06. Aug., 10.00 Uhr – 16.00 Uhr

Kursgebühr: € 37,-- inkl. K/M

089 Fasten mit Leib und Seele ^{KEB}

Eine Woche des Fastens ist mehr als ein Gesundheitstraining und mehr als ein bewusstes Reduzieren von Kalorien. Die Tage sind geprägt durch den klösterlichen Rhythmus, Bewegung und Impulsen für ein gesundes Leben. Nähere Kursbeschreibung kann angefordert werden.

Leitung: Angelika Fellner, Ansbach

Fr. 19. Aug., 18.00 Uhr – Do. 25. Aug., ca. 11.00 Uhr

Gesamtkosten: € 365,--

inkl. Übernachtung/Verpflegung

090 Gesundheitstage mit Kindern

Die Tage wollen 8–12 jährig. Kindern mit Begleitperson Hilfe bieten zum Entgiften, Entschlacken, Darmreinigen bei Übergewicht, Konzentrationsschwäche, Überaktivität, für Teilnahmslose, Angst- und Allergiegeplagte. Angeboten wird hochwertige Basenüberschuss-Ernährung, Sport, Spiel, Wasserbalance, Märchen- und Bibelstunden, Malen, Töpfern, Gehirntaining, Meditationsreisen, Massagen, Wasseranwendungen, Wickel und Wassertreten, Wildkräuterwanderungen.

Leitung: Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger:

Tel.: 08122/3436. Kosten auf Anfrage!

Mo. 22. August, 17.00 Uhr – Do. 25. August, 13.30 Uhr

SEPTEMBER

091 Wildkräuterwanderung mit Kochkurs ^{KEB} Wildkräuterpasta und Nudeln

Alles, was wir für die Zubereitung von herrlichen Nudelgerichten brauchen, finden wir vor unserer Tür. Wir begeben uns auf eine Wanderung rund um das Kloster und sammeln Un- und Wildkräuter, die wir dann zu leckeren Köstlichkeiten verkochen werden; wie Nudeln mit Wildkräutercarbonara, Maultaschen mit Gierschfüllung, Brennessellasagne, Kräuternudeln mit Basilikum – Tomatenpasta und vieles mehr.

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing

Sa. 03. Sept., 9.00 Uhr – 13.00 Uhr

Gesamtkosten: € 37,--


092 Glücklich und gesund ^{KEB}

Dieses Wochenende bietet eine ganzheitliche Lebensorientierung: Stärkung der Gesundheit – Wege zu sich selbst – Kraft des Wassers – Inspiration aus der Schöpfung – Balance im Leben – Werte als Wegweiser

Gesundheit ist bekanntlich mehr als körperliches, geistiges und soziales Wohlbefinden: Gesundheit ist die Kraft für ein erfülltes Leben. Lassen Sie sich inspirieren für ein glücklicheres und gesünderes Leben. (Indiv. Vitalstoff-Checks oder Vitalstoffanalysen gegen Aufpreis sind an diesem Wochenende ebenso möglich.)

Leitung: Amata Bayerl, Ottobeuren

Fr. 16. Sept., 18.00 Uhr - So. 18. Sept., 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 85,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung


093 Herbstfrucht- und Beerenkochkurs mit  Landschaftswanderung – „Freche Früchte und Beeren aus heimischen Hecken“

Von wegen im Herbst gibt die Natur nichts mehr her! Das Gegenteil ist der Fall und es ist weniger „giftig“ als Sie glauben! Gerade unsere Wildhecken sind wahre Schatzkammern für Wildfrucht-Genießer, Schnaps-Ansetzer, Geschichtenerzähler und Freunde zauberhafter Landschaftselemente. Die kurze Heckenwanderung zu Schlehen, Weißdorn, Vogelbeere, Hagebutte und Berberitze erhält durch das gemeinsame Zubereiten eines Wildfruchtmenüs aus Herbstbeeren und wilden Früchten ihren Höhepunkt. Bitte, Küchenschürze, festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung/Schirm, Korb und Gartenschere mitbringen.

Leitung: Hansjörg Hauser, Regensburg

Sa. 24. Sept., 9. Uhr – 13 Uhr - Gesamtkosten: € 37,-

OKTOBER

094 Brauchtum aus der Backstube  zum Kirchweihfest

Ein wichtiges Brauchtum zum Kirchweihfest ist das Kühle-Backen. Unser Bäckermeister führt Sie ein in die traditionelle Kunst der Schmalzbäckerei und weckt in Ihnen die Freude am selber backen.

Leitung: Fr. Bonifatius Holzmann OSB, Plankstetten

Sa. 01. Okt., 13.30 Uhr – 18.00 Uhr

Kursgebühr: € 25,-

095 Von Baum zu Baum 

Vormittags: Knospen und Co. als Bestimmungshilfe und Exkursion rund um Plankstetten mit Übungen zur Baumbestimmung. Nachmittags: Präsentation „Hofbäume – Eine Bilderreise quer durch Deutschland“. Unterm Hofbaum

wird gelebt, gelacht, gefeiert – über Generationen hinweg. Ein Hofbaum ist das Herz und das grüne Wohnzimmer eines Hofes. Ob Linde, Eiche, Rosskastanie, Walnuss, Esche oder Birne – jede Baumart hat ihre Geschichte und Eigenheiten.

Leitung: Rudolf Wittmann, Ingolstadt

Sa. 08. Oktober, 9 Uhr – 16 Uhr - Kosten: € 35,-- inkl. M/K

096 **Gesundheit und Lebensorientierung** KEB – **Kraft zum Menschsein**

Mitglieder der BARMER Ersatzkasse erhalten für diesen Präventivkurs einen Zuschuss von € 150,--. Bei anderen Krankenkassen liegt eine Bezuschussung in deren Ermessen. Sie fühlen sich ausgebrannt und erschöpft? Sie suchen nach neuer Kraft und Lebensorientierung? Dieses ganzheitlich ausgerichtete Seminar beinhaltet die Schwerpunkte: Stressbewältigung, Bewegung, vollwertige Ernährung und geistliche Angebote im benediktinischen Lebensrhythmus.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB; Angelika Fellner, Ansbach; Prof. Dr. Manfred Hoffmann, Dießen

Mo. 17. Okt., 14.00 Uhr – Do. 20. Okt., 15.30 Uhr

Gesamtkosten: € 325,-- inkl. Übernachtung/Verpflegung

NOVEMBER

097 **Backtag: Vom Korn zum Brot –** KEB **ein Nachmittag in unserer Klosterbäckerei**

Der Werdegang des Brotes steht im Mittelpunkt dieses Backkurses.

Leitung: Fr. Bonifatius Holzmann OSB, Plankstetten

Sa. 05. Nov., 13.30 Uhr – 18.00 Uhr

Kursgebühr: € 25,--

098 **Gesundheitswoche** KEB – **Reinigung von Körper, Geist und Seele**

Gesundheit und Lebensfreude durch Acidose-therapie auf der Grundlage von Pfr. Sebastian Kneipp und Dr. Renate Collier. Entsäuern, Entgiften, Darmreinigen, Gewicht reduzieren oder Gewicht balancieren mit hochwertig

biologischer Ernährung, Atem- und Bewegungslehre, Kneipp'schen Wasseranwendungen, Massagen, Wandern, Entspannungstechniken, Gespräche über Sinn- und Lebensfragen mit der Gelegenheit zur Teilnahme an den klösterlichen Gebetszeiten.

Leitung: Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger: Tel.: 08122/3436

Fr. 11. Nov., 18.00 Uhr – Fr. 18. Nov., 13.30 Uhr

Gesamtkosten: ab € 585,- bis € 655,-

inkl. Übernachtung/Verpflegung

DEZEMBER

099 **Backtag: Weihnachtsbäckerei**

KEB

In der Adventszeit führt Sie unser Bäcker in die Kunst des Stollenbackens nach bewährten Klosterrezepten ein.

Leitung: Fr. Bonifatius Holzmann OSB, Plankstetten

Sa. 10. Dez., 13.30 Uhr – 18.00 Uhr

Kursgebühr: € 25,-

Veranstaltungen der Landesvereinigung für ökologischen Landbau im Rahmen der Ökoerlebnistage 2011

Betriebsführung durch die Klostergärtnerei

Dienstag, 20. Sept., 16.00 – 17.30 Uhr

Mittwoch, 28. Sept., 16.00 – 17.30 Uhr

Treffpunkt: Klosterinnenhof

Besichtigung der Klostergärtnerei mit Kräutergarten, Gewächshäusern und Außenanlagen. Jeder Teilnehmer erhält eine Gemüsetüte mit Rezepten der Klosterküche. Kostenbeitrag € 8,50 pro Person

Betriebsführung durch die Klosterbetriebe mit Brotzeit

Mi., 21. Sept., 14.00 – 18.30 Uhr; Treffpunkt:

Klosterinnenhof

Besichtigung des Klostergutes mit Frater Richard; Führung durch die Bäckerei, Metzgerei, Hackschnitzelheizung, Klosterhofladen; zum Abschluss: zünftige Brotzeit in der Klosterschenke. Kostenbeitrag € 8,50 pro Person

Im September und Oktober

„Wildkräuterwanderungen rund ums Kloster und Kochkurs“ mit Kräuterpädagogin Claudia Vögele.

Infos und Anmeldungen jeweils unter Tel. 08462/ 206 251 oder www.kloster-plankstetten.de

JANUAR

100 Kalligraphiewerkstatt –

KEB

Die Plankstettener Textur I.

Wie keine andere Schrift lässt die gotische Textur (entstanden um 1230) geometrisch-mathematische Einflüsse erkennen. Der Aufbau der Buchstaben folgt einer strengen Gesetzmäßigkeit und bietet daher schnell einen guten Einstieg. Eine lohnende Übung für Anfänger und Fortschreitende. Die Schriftvorlagen wurden von mir 1999 in Plankstetten nach ursprünglichen Vorbildern neu entwickelt und nach dem Ort des Klosters benannt. Herzlich willkommen im 13. Jahrhundert.

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München

Di. 04. Jan., 18.00 Uhr – Do. 06. Jan., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 75,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

FEBRUAR

101 Warme Farben statt kalte Füße –

KEB

künstlerisch die eigene Kreativität erleben

Heißes Rot küsst kaltes Blau – Impressionen und Gefühle finden ihren Ausdruck in leuchtenden warmen Farben. Mit Aquarell, Acryl und Pastell-Ölkreiden entzünden wir ein strahlendes Feuerwerk auf dem Papier. Begeisterung entflammt bei der Synthese aus Musik, Malerei und Bewegung. Gegenständliches verschmilzt mit Abstraktem. Mut zum Experiment heißt die Devise. Mit Lust auf neue Wege entdecken wir spielerisch den Künstler in uns.

Leitung: Rainer Michel, München

Fr. 18. Feb., 18.00 Uhr - So. 20. Feb., 15.00 Uhr

Kursgebühr: € 90,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

APRIL

102 „KreativSein“ – den Augenblick

KEB

mit allen Sinnen erleben und gestalten

Innehalten, um zu hören, zu sehen, zu fühlen. Wir nehmen uns ein Wochenende Zeit, die Welt um uns herum mit

all unseren Sinnen zu erfahren. Den Geruch eines Steines zeichnen, den Geschmack einer Orange malen, Klängen Farbe geben und vieles mehr lässt uns und unsere Bilder mit anderen Augen sehen. Wahrnehmungsübungen und meditative Kreativreisen sind Grundlagen eine Vielfalt künstlerischer Techniken anzuwenden und auszuprobieren. Wir begeben uns gemeinsam auf eine zeichnerische und malerische Entdeckungsreise. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Leitung: Susanne Michel, München

Fr. 15. April, 18.00 Uhr – So. 17. April, 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 75,- Weiterer Kurs: 25. Nov.

103 Ikonenmalkurs: Mose

KEB

Beim Schreiben von Ikonen Gott mehr zu entdecken und zu lieben, ist das geistliche Anliegen dieser Tage. Die theoretische Grundlage (Theologie und Gestalt der Ikone) ist Bestandteil des Kurses, die Praxis bringt eine Einführung in die traditionelle Maltechnik. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene. Für Geübte, Ikonenthema nach Wahl!

Leitung: Elisabeth Rieder, Beilngries

Fr. 15. April, 15.30 Uhr – Do. 21. April, 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 180,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung
Weitere Kurse: 08. Aug. / 05. Sept.

104 Gold Dosen – Goldschachteln

KEB

Nach verschiedenen Vorarbeiten (Grundierung, Schleifen) werden Entwürfe für das Bemalen und Verzieren der Dosen erstellt. Zum Verzieren können auch Muscheln und/oder Ginkoblätter verwendet werden. Das Blattgold wird mit speziellen Werkzeugen aufgetragen und anpoliert. Der Workshop bietet Gelegenheit, runde, ovale oder eckige Holz Dosen oder Spanschachteln zu vergolden, bemalen und verzieren. Abschließend werden die Objekte mit einer schützenden Schelllackschicht überzogen. Werkzeuge werden zur Verfügung gestellt; Blattgold nach Verbrauch. Bitte mitbringen: Holz Dosen oder Spanschachteln mittlerer Größe, Arbeitsschürze, wasserlösliche Farben, kleine Malpinsel.

Leitung: Ulrike Bläser, München

Fr. 29. April, 15.00 Uhr - So. 01. Mai, 13.30 Uhr
Kursgebühr: € 80,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

JUNI

105 Malerische Kreativ-Reise

KEB

Begeben Sie sich auf einen malerischen Kurzurlaub und reisen Sie zu den unerforschten Inseln Ihrer Kreativität. Gemeinsam ergänzen wir unser Gepäck durch neue Möglichkeiten der künstlerischen Gestaltung, erproben eine Vielzahl von Techniken und begegnen unseren Reisegefährten im kreativen Ausdruck. Freuen Sie sich auf vier inspirierende Tage unterwegs in der farbigen Welt der Kunst.

Leitung: Susanne und Rainer Michel, München

Do. 02. Juni, 14.00 Uhr – So. 05. Juni, 15.30 Uhr

Kursgebühr: € 110,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

JULI

106 Christliche Kunst und Kalligraphie – Vom Garten Eden zum himml. Jerusalem

KEB

In diesem Jahr beschäftigen wir uns vor allem mit biblischen Texten und Bildern. Viele sind uns seit Kindertagen vertraut, andere sind so selten, dass wir hier „Neuland“ betreten. Aus dem vertieften Umgang mit dem biblischen Geschehen versuchen wir traditionell oder aber frei und neu zu gestalten. Materialien und Vorgehensweisen dürfen völlig frei gewählt werden. Bringen Sie einfach mit, was Sie schon zuhause haben. Gerne dürfen Sie auch an eigenen Ideen und Projekten arbeiten. Für Anfänger und Fortschreitende geeignet. Umrahmt und begleitet wird unser Tun vom Stundengebet der Mönche und von eigenen Gebetszeiten in der Gruppe. (Krypta)

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München

So. 31. Juli, 18.00 – So. 07. Aug., 13.30

Kursgebühr: € 195,--; zzgl. Übernachtung/Verpflegung

AUGUST

107 Ikonenmalkurs – Der hl. Johannes der Täufer

KEB

Kursbeschreibung: siehe 15. April (Kurs-Nr.: 103)

Leitung: Elisabeth Rieder, Beilngries

Mo. 08. Aug., 15.30 Uhr – So. 14. Aug., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 180,-- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

Weiterer Kurs: 05. Sept.

SEPTEMBER

108 Malkurs: Lebensbäume – Lebensräume

Jahrtausende hindurch sind Bäume Symbol für das Leben. Einen Baum bildnerisch zu gestalten, kann zu einem ganzheitlichen Erlebnis werden und eine „wurzeltiefe“ Erfahrung sein. Neben verschiedenen Wahrnehmungsübungen und dem Erfahrungsaustausch wird in der Natur der „eigene“ Baum – Raum gesucht. Die verschiedenen Maltechniken, in die Sie während des Kurses eingeführt werden, verhelfen Ihnen, Ihrem künstlerischen Ausdruck Gestalt zu verleihen.

Leitung: Ruth Lynen, Regensburg

So. 04. Sept., 17.00 Uhr - So. 11. Sept., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 195,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

109 Ikonenmalkurs – Der hl. Johannes der Täufer

Kursbeschreibung: siehe 15. April (Kurs-Nr.: **103**)

Leitung: Elisabeth Rieder, Beilngries

Mo. 05. Sept., 15.30 Uhr - So. 11. Sept., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 180,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

NOVEMBER

110 Farbenlust statt Nebelfrust – künstlerisch die eigene Kreativität erleben!

Wir zeigen dem Novemberwetter, wo's lang geht: Basierend auf den Erkenntnissen der weltbekannten Kunstpädagogin und Wahrnehmungspsychologin Betty Edwards, der Autorin des Buches „Garantiert zeichnen lernen!“, entdecken wir in kindlicher Lust am Sein unsere schöpferischen Talente. Spielerisch erfahren wir die Synthese von Schwarz-weiß, Farbe, Musik und Bewegung. Mit Aquarell, Acryl, Bleistift, Kohle und Pastell-Ölkreiden feiert der Künstler in uns den kreativen Tanz der Linien- und Farbenlust.

Leitung: Rainer Michel, München

Fr. 11. Nov., 18.00 Uhr – So. 13. Nov., 15.00 Uhr

Kursgebühr: € 90,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

111 Kalligraphiewerkstatt –

KEB

Die Plankstettener Textur II.

Die gotische Textur (entstanden um 1230) verfügt eigentlich nicht über ursprüngliche Großbuchstaben. Daher entstand durch die Jahrhunderte eine spannende Entwicklung in der immer wieder verbesserte Formen zu den historischen Kleinbuchstaben kreierte wurden. Für Anfänger ist es die Möglichkeit, die Plankstettener Textur zu vertiefen und zu verfeinern. Für Fortschreitende wird eine Beschäftigung auch mit den Fragen der Gestaltung, Formataufteilung oder Buchgestaltung mit der Plankstettener Textur möglich gemacht. Bringen Sie Farben oder farbige Tusche mit!

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München

Fr. 18. Nov., 18.00 Uhr - So. 20. Nov., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 75,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

112 Springerle mit Weihnachtsmotiven

KEB

vergolden und versilbern

Ornamente für Bilderrahmen wurden in der Barockzeit und in anderen Epochen aus Modelformen gedrückt. Nach dem gleichen Prinzip stellte man auch Springerle-Gebäck her. Der Kurs bietet Gelegenheit, Springerle mit verschiedenen Weihnachtsmotiven (Krippen, Posaunenengel, Sterne) zu vergolden oder zu versilbern und als Christbaumschmuck zu gestalten. Die Springerle können im Kurs erworben werden. (zwischen € 5,- und € 9,-)

Leitung: Ulrike Bläser, München

Fr. 18. Nov., 15.00 Uhr - So. 20. Nov., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 80,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

113 „KreativSein“ – erleben,

KEB

welche Wege die Kunst mit mir geht

Loslassen, freimachen für Neues, das kommt. Wir begeben uns künstlerisch auf unbekannte, nicht planbare Wege und lassen Farbe und Form freien Lauf. Wahrnehmungsübungen und meditative Kreativreisen unterstützen uns, unseren künstlerischen Kräften zu begegnen und diese mit einer Vielfalt malerischer und zeichnerischer Techniken ins Leben zu bringen. Zufallstechniken wie die Dekalkomanie (Abdruck) oder Frottage (Abriebtechnik) inspirieren uns und schaffen neue Gestaltungsmöglichkeiten in unseren Bildern. Der Kurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Leitung: Susanne Michel, München

Fr. 25. Nov., 18.00 Uhr – So. 27. Nov., 13.30 Uhr

Kursgebühr: € 75,- zzgl. Übernachtung/Verpflegung

Referenten/-innen

Aigner, Sr. Conrada – Plankstetten

Geb. 1953 in Bad Griesbach, seit 1977 Schwester vom Heiligen Kreuz (franziskanische Gemeinschaft); Bankkauffrau, Erzieherin, Gemeindereferentin; Klientenzentr. Gesprächsführung, KSA-Ausbildung, Ordensreferentin der Diözese Eichstätt, seit 2007 Leiterin des Gästehauses St. Gregor, Plankstetten.

Bagorski, Barbara – Eichstätt

Geb. 1954 in Berlin, Studium der Kath. Theologie in Bamberg und München, Dipl.-Theologin, Referentin für Frauenseelsorge in der Diözese Eichstätt.

Bayerl, U. Amata – Ottobeuren

Geb. 1964 in Mussenhausen, Ausbildung zur Erzieherin, 18 Jahre Ordensleben, Kindergartenleiterin, Referentin für Erwachsenenbildung, Rhetorik- und Kommunikationstrainerin, Studium der kath. Theologie, Aufbau und Leitung eines Bildungshauses, Coaching für Persönlichkeitsentwicklung, Geistliche Begleiterin

Berger, P. Martin OSB – Plankstetten

Geb. 1956 in Wolfratshausen, Gesellenprüfung im Bäckerhandwerk, Abitur Spätberufenenkolleg Waldram, Profess 1994, Theologiestudium in Eichstätt und Einsiedeln, Priesterweihe 2001, Kaplan in Plankstetten.

Bläser, Ulrike – München

Geb. 1960 in Mönchengladbach, nach dem Abitur Ausbildung zur Vergolderin in Düsseldorf 1981–84, anschließend Studium der Kunstgeschichte (NF Klass. Archäologie und Städtebau) in Bonn. Magister-Abschluss 1989, von 1991 – 1997 beim Verlag Schnell & Steiner als Lektorin; zusätzlich als Referentin schon tätig bei verschiedenen Bildungshäusern mit Vergolderkursen, ab 1998 schwerpunktmäßig Vergolderin und Referentin bei verschiedenen Bildungseinrichtungen und Museen, u.a. in der Bundeskunsthalle in Bonn oder im Ikonenmuseum in Frankfurt. M.A., Kunsthistorikerin und Restauratorin.

Braunsteiner, Dr. Gloria – Pressburg

Geb. in Pressburg, Kirchenmusikstudium mit Hauptfach Gesang u. Gregorianik in Regensburg, dann Gregorianik in München. Promotion in kath. Theologie in Regensburg. Solistische Tätigkeit im kirchenmusikalischen Bereich. Gregorianikdozentin, Gesangspädagogin, Scholaleitung und Lehrtätigkeit in Dogmatik und Spiritualität an der Uni Pressburg.

Bürzle, Dagmar – Neunkirchen am Brand

Geb. 1967 in Bellenberg, Kinderkrankenschwester – Stationsleitung, Betriebswirtin Sozialwesen, Dozentin für Projektmanagement, Mitarbeiterführung, Öffentlichkeitsarbeit und Kommunikation/Rhetorik; Zeit- und Selbstmanagement; jahrelange Erfahrung in Kommunal-Politik, Gemeindeverwaltung (bis 2008 Schulverbandsvorsitzende, Beauftragte für Partnerschaft Ungarn und Agenda 21, Marktgemeinderätin), Prozessentwicklung und ehrenamtlichem Engagement.

Drasch, Irene - Eggenfelden

Geb. 1962 in Hengersberg, wohnhaft in der Nähe von Eggenfelden, Grundschullehrerin. Seit 10 Jahren Erfahrung im Trommeln, Kurse bei verschiedenen deutschen u. afrikanischen Trommellehrern, gründete eine eigene Trommelgruppe für Kinder und Erwachsene, hält regelmäßig Trommelworkshops mit geistlichen Elementen.

Ebeling, Renate – Kiel

Geb. 1952 in Kiel, Studium der ev. Theologie, seit 1987 evang. Pastorin, Zusatzausbildung Pastoralpsychologie, Mitglied der DGfPe.V., Supervisorin und Kursleiterin KSA, Ausbildung in Meditation in Deutschland und Japan, Meditationslehrerin für Zen-Meditation. Seit 1989 Klinikseelsorgerin am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Campus Kiel

Ferber, Sr. Hermine – Eichstätt-Rebdorf

Geb. 1947, Gemeinschaft der Missionarinnen Christi Rebdorf/Eichstätt, Sozialpädagogin, Seelsorgerin im Klinikum Ingolstadt, Ausbildung im Meditativen Tanz

Fellner, Angelika – Ansbach

Geb. 1952 in Feuchtwangen, Ausbildung an der UGB Akademie zur Gesundheitstrainerin für Ernährung, Bewegung und Entspannung und zur Fastenleiterin. Psychopädin nach Dr. Derbolowsky. Langjährige Tätigkeit in Seminaren zur Gesundheitsvorsorge und Lebensorientierung.

Grandy, Hubertus – Regensburg

Geb. 1947, Logotherapeut, Ausbildung bei Dr. Lukas, Paartherapeut, Mediator, Coach, Supervisor.

Halusczyński, Igor, Dr. med. – München

Geb. 1953; Facharzt für Psychotherapeutische Medizin/Psychoanalyse; Lehranalytiker; Akido-Meister; Bereichsleiter „Betriebliche Gesundheitsförderung“ am Institut für nachhaltige Organisationskultur

Harren, Simone – Schwabach

Geb. 1971 in Heidelberg, Ausbildung zur Bankkauffrau, seit 1999 in Schwabach verheiratet, seit 2001 Hausfrau und Mutter von 2 Söhnen, 2007 Ausbildung zur Gesundheitsberaterin der Hildegard von Bingen-Heilkunde in Konstanz, 2008 Teilnahme am Seminar über Lebensstil nach Hildegard von Bingen in Illgau (Schweiz).

Hauser, Hansjörg, Dipl.-Ing.agr. – Regensburg

Geb. 1964 in Günzburg/Donau, Studium der Landwirtschaft in Weihenstephan, ehem. Agrarreferent der Landvolkshochschule Niedertaich, Projektmanagement für ländliche Entwicklung in Augsburg und Neumarkt i.d.Opf., Ausbildung zum Gruppenleiter im Sozialtherapeutischen Rollenspiel (STR) und zum Kräuterpädagogen. Mitglied der Plankstettener Un- und Wildkräuterschule. www.kräuterpaedagogen-plankstetten.de. Seit 2006 selbstständig in den Bereichen Seminarleitung, Konzeptentwicklung, Führungs- und Exkursionsdidaktik.

Hoffmann, Prof. Dr. agr. Manfred – Dießen

Geb. 1938; Emeritus der FH Weihenstephan; Beschäftigung mit Fragen der Lebensmittelqualität, ökologischem Landbau; Studium der Landwirtschaft, Vizepräsident der Deutschen Gesellschaft für Umwelt- und Humantoxikologie e.V.

Holzmann, Frater Bonifatius OSB – Plankstetten

Geb. 1970 in Uffenheim, Ausbildung im Bäckerhandwerk in der Klosterbäckerei der Benediktinerabtei Münsterschwarzach, 1991 Profess in Plankstetten, 1991 Übernahme der Klosterbäckerei und Betriebsleiter, seit 1997 Bäckermeister, Custos und Zeremoniar der Abtei.

Janson, Cornelia – München

Geb. 1953, Diplom-Supervisorin (Univ.), selbständig tätig in Organisations- und Personalentwicklung, in Projekten zur Unternehmenskultur, Weiterbildung für Psychotherapie und eigene Praxis für Psychotherapie

Jeran, P. Johannes SJ – Dresden

Mitglied des Jesuitenordens. Studium der Philosophie, Theologie und Pädagogik. Tätigkeit als Studentenseelsorger in Karlsruhe, Referent für Theologie und Spiritualität in Stuttgart; Leitung des CPH Nürnberg. Seit 2006 in Dresden als Spiritual der Gemeindereferentinnen und –Referenten, als Referent für Theologie, Spiritualität und Ethik; Exerzitienleiter.

Kärtner, P. Joseph OSB – Plankstetten

Geb. 1937 in Eichstätt, 1975 Priesterweihe, seit 1990 Priesterseelsorger für die Diözese Eichstätt.

Kleinjung, Christina – Regensburg

Geb. 1963 in Tübingen, Ltd. Klinische Logopädin, AAP*-Lehrtrainerin, Therplay*-Therapeutin, Transaktionsanalyse i. d. Logopädie, 1989 – 1992 Ausbildung zur Logopädin an der Staatl. Berufsfachschule f. Logopädie der Universität Tübingen. Anschließend berufliche Tätigkeit am Institut ‚jewish Guilt for the Blind‘, New York, 1993 Aufbau und Leitung der Logopädischen Abteilung am Universitätsklinikum Regensburg, Lehraufträge an der Universität Regensburg und der Universidad Pontificia Salamanca/Spainien, Freiberufliche Tätigkeit bei diversen Radio- und Fernsehsendern als Stimm- und Sprechtrainerin für Vortrags-, Moderations- und Interviewtechnik sowie Workshops und Sprech-, Stimm- und Rhetorik-Seminare für Unternehmen.

Kreppold, P. Guido OFMCap – Eichstätt

Geb. 1939, Kapuziner, seit 1965 Priester. Die Kulturrevolution der 68-iger Jahre und der Einbruch des religiösen Lebens veranlassten ihn zum Suchen nach neuen Wegen: Meditation bei Dürckheim, Studium der Psychologie, eigene Traumanalyse. Schwerpunkte seiner seelsorglich-therapeutischen Arbeit sind Meditation, Problembearbeitung über Träume im Einzel- und Gruppengespräch. Veröffentlichungen zu aktuellen Themen. www.guido-kreppold.de

Lynen, Ruth – Regensburg

Geb. 1945 in Taubach/Thüringen, 1975 Studienabschluss Staatl. Kunstakademie Düsseldorf, Abschluss Meisterschülerin von Prof. Beuys, 1982–84 freie intern. Hochschule für Kreativität u. interdisziplinäre Forschung e.V., Düsseldorf, 1991–94 Grundausbildung im sozialtherapeutischen Rollenspiel für pastorale Berufe u. Gemeindediakonie, 1996 Einübung in die Geistl. Begleitung, München; seit 1975 freischaffende Künstlerin/Bildungsreferentin.

Michel, Rainer – München

Geb. 1963 in Baumholder/Hunsrück, Studium Kommunikations- und Graphik/Design mit zeichnerischer, malerischer, kalligraphischer Ausbildung, Dipl.-Designer, Fortbildungen in Wahrnehmungs- und Kommunikationstraining, Bewusstseinsbildung, Human Management. Kreativtrainer und Kunstlehrer, Künstler und Kommunikations-Designer.

Michel, Susanne – München

Geb. 1978 in Heidelberg, Studium in München, Kunstpädagogik und Deutsch für das Lehramt, Auslandsstudium in Florenz, mit Schwerpunkt Malerei und Zeichnung, seit 2007 Lehrerin in München und Kursleiterin von Kreativkursen für Kinder, 2008 Diplom in Montessori-Pädagogik.

Michel, Theresa – Regensburg

Geb. 1951, Atem-, Familien- und Paartherapeutin, Heilpraktikerin; seit vielen Jahren in Begleitung von Altabt Emmanuel Jungclaussen;

D'Orfey, Andreas Armin – München

Geb. 1966 im Hunsrück, 1986–90 Studium an der Fachhochschule in Trier, Diplom in Buchgestaltung. Nebenher Studien der kath. Theologie und Kunstgeschichte. Seit 1991 selbständiger Illustrator, Buchgestalter, freier Graphiker und Maler. Seit 1993 Lehrer an der Blochererschule, eine private Münchner Hochschule für Kommunikationsdesign und Innenarchitektur. Verschiedene Kurstätigkeiten, Erwachsenenbildung.

Pohl, Eveline – Untermässing

Geb. 1964 in Weichenfeld, Fachlehrerin für Hauswirtschaft, Textilarbeit und Gestalten, Dozentin in der Erwachsenenbildung einer Fachschule, VHS-Kursleiterin, zertifizierte Kräuterpädagogin. Mitglied der Plankstettener Un- und Wildkräuterschule, www.kraeu-terpaedagogen-plankstetten.de

Rieder, Elisabeth – Beilngries

Geb. 1961 in Kipfenberg, freiberufliche Ikonenmalerin, Kurstätigkeit in verschiedenen Bildungshäusern, Mitarbeit bei der Ausmalung der Unterkirche in der Benediktinerabtei Plankstetten und im Collegium Orientale in Eichstätt.

Rott, Alfred – Freising

Geb. 1940, Dipl. Theologe, Erwachsenenbildner, 2 erw. Kinder.

Schwenzl, P. Benedikt OSB – Plankstetten

Geb. 1922 in Oberölsbach, Theologiestudium in Eichstätt, Präfekt, Religionslehrer, seit 1975: Einführung in die Meditation bei Klemens Tilmann, Einübung ins Jesus-Gebet bei Enomya Lasalle SJ, Gregor Witt OSB, Willigis Jäger, Tusch-Kleiner, Franz Jalics SJ. Kloster- und Kirchenführungen.

Seckinger, Heidi – Erding

Geb. 1945 in Marchtrenk/Österreich, Einzelhandelskauffrau, Sekretärin, Geschäftsfrau, Studium zur Heilpraktikerin mit Abschlussprüfung, eigene Naturheilpraxis, mehrere Fachfortbildungen, u.a. Kneipp-Gesundheitsreferentin, Acidosetherapeutin nach Dr. Collier, vielfache Kursleiterin.

Sedlmeier, Prof. Dr. Franz – Augsburg

Geb. 1954 in Fribertshofen / Berching, Studium in Eichstätt, Münster/Westf. und Rom, Lizentiat in biblischer Theologie. 1981 Priesterweihe in Eichstätt, mehrere Jahre Seelsorgetätigkeit. Aufbaustudien in Eichstätt, Mainz und München. 1990 Promotion über zentrale Texte des Ezechielbuches, 1996 Habilitation über „Jerusalem“ in den Psalmen. Seit Sommersemester 2000 Prof. für Alttestamentliche Wissenschaft in Augsburg, Dekan der Katholisch-Theologischen Fakultät. Weitere Infos unter:

http://www.kthf.uni-augsburg.de/prof_do/zsedlmeier/

Schrödl, Elisabeth – Altötting

Geb. 1956 in Neumarkt/Opf. seit 1979 Schwester vom Heiligen Kreuz (franz. Gemeinschaft) Erzieherin u. Meditationsleiterin

Sonnenberg, Abt Dr. Beda Maria OSB – Plankstetten

Geb. 1966 in Erlangen (Mittelfranken), Profess 1988, Studium der Religionspädagogik und Theologie in Eichstätt und München, Priesterweihe 1996, Bibliothekar, Archivar, Religionslehrer und Geistlicher Begleiter im Jugendhaus Schneemühle, seit 2010 Abt der Benediktinerabtei Plankstetten

Stegemann, Prof. Dr. Wolfgang – Neuendettelsau

Geb. 1945 in Barkhausen, Professor für Neues Testament an der Augustana-Hochschule, Neuendettelsau, Autor des neuen Buches: „Jesus und seine Zeit“ (Kohlhammer Verlag 2009)

Übler, Dagmar – Forchheim

Geb. 1955 in Ebermannstadt, Studium der kath. Theologie und Germanistik in Würzburg, Ausbildung zur graduierten Bibliodramaleiterin im Meister Eckhard-Haus in Köln, Einübung ins Jesus-Gebet bei Franz Jalics SJ, Unterricht an der FOS Forchheim, langj. Leitung eines Meditationskreises.

Vögele, Claudia, Berching – Staufersbuch

Geb. 1967 in Staufersbuch, 1985–1988 Ausbildung zur Krankenschwester in Dillingen/Donau, 2006 Zertifizierung zur Kräuterpädagogin. Leiterin der Plankstettener Un- und Wildkräuterschule, www.kraeuterpaedagogen-plankstetten.de

Völlinger, Martin – Luzern/Schweiz

Geb. 1977 in Fulda, studierte Kirchenmusik, Gesang, Dirigieren und Improvisation in Regensburg und Zürich/Schweiz. Konzertreisen und zahlreiche Meisterkurse führten ihn in viele europäische Länder. Preisträger beim 1. Bayreuth-Regensburger Chorleitungswettbewerb und Finalist beim Internationalen Improvisationswettbewerb Schlägl (Österreich). Seit August 2007 arbeitet er als Chorleiter und Stimmbildner bei den Luzerner Sängerknaben. Gefragter Referent bei Kursen und Seminaren im Bereich Improvisation, Dirigieren und Neues Geistliches Lied.

Wichert, P. Pius OSB – Plankstetten

Geb. 1956, Eintritt in Plankstetten 1983, 1984 – 1992 tätig in der Verwaltung, 1994 – 2003 Pfarrer, ab Dez. 2002 Seelsorger im Klinikum Ingolstadt und Aufgaben im Kloster

Wittmann, Rudolf – Ingolstadt

Geb. 1959, Gärtnermeister und Baumsachverständiger; beschäftigt sich seit seiner Kindheit mit Vogelstimmen. Als Vorsitzender der Kreisgruppe Ingolstadt des Landesbundes für Vogelschutz setzt er sich intensiv für den Schutz von Vögeln und deren Lebensraum ein. Auf vielen Reisen in alle Kontinente hat er das Bild- und Textmaterial für sein Buch „Die Welt der Bäume“ gesammelt. Weitere Bücher sind jüngst erschienen: „Alles hat seine Zeit“ und „Hofbäume“. Auch sein Engagement für den Erhalt der Bavaria-Buche hat ihn weit über die Region hinaus bekannt gemacht.

Würschinger, Ernst – Freising

Geb. 1957, Dipl. Theologe, Leiter des Büros für Männerseelsorge der Erzdiözese München–Freising, verheiratet, 3 erw. Kinder.

Hinweise

Preise:

Eine Übernachtung inkl. Vollpension kostet für Kursteilnehmer und Einzelgäste:

Pro Person:

€ 54,-- Einzelzimmer/Dusche/WC

€ 48,-- Doppelzimmer/Dusche/WC

€ 43,-- Einzelzimmer/Waschbecken

€ 38,-- Doppelzimmer/Waschbecken

Vollpension: Frühstücksbuffet (**F**), Mittagmenü (**M**), Kaffee mit Kuchen/Gebäck (**K**), Abendbuffet (**A**)

Für Kinder und Jugendliche gelten ermäßigte Tagessätze. Schüler, Auszubildende, Studenten, Arbeitslose u. a. gewähren wir Preisnachlass auf Anfrage.

Für nichtkirchliche Gruppen besteht eine eigene Preisliste. Alle Preise sind inkl. Mehrwertsteuer.

Kosten für Kursteilnehmer

Die Kosten für Kursteilnehmer ergeben sich aus den obengenannten Kosten zuzüglich der Kursgebühr (Referentenhonorar und Verwaltungskosten). Zur Förderung der Kursgemeinschaft und zur Stärkung des Kursklimas gehen wir von einer Teilnahme am gesamten Kurs aus. Nicht eingenommene Mahlzeiten können nicht erstattet werden. KursteilnehmerInnen, die nicht im Haus übernachten, werden die Mahlzeiten berechnet.

Bei Absage weniger als 14 Tage zuvor berechnen wir eine Stornogebühr von € 30,--.

Kursanmeldung

Bitte melden Sie sich an: per Internet:

www.kursprogramm-im-kloster.de,

per Post, per Fax oder per E-Mail. Ihre Anmeldung ist verbindlich!

Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nicht, nur bei Anmeldung über E-Mail und Internet.

Wenn der Kurs nicht stattfinden sollte oder schon belegt ist, werden wir Sie benachrichtigen.

Kursbeginn

Wenn Kursbeginn „18.00 Uhr“ angegeben ist, bedeutet das: **Zimmervergabe ist bis 17.00 Uhr.**

Um 17.30 besteht die Gelegenheit zur Mitfeier der Vesper. Um 18.10 Uhr ist Abendessen. Die thematische Kursarbeit beginnt meistens um 19.00 oder 19.30 Uhr.

Herzliche Einladung zu unseren Gebetszeiten und Gottesdiensten

	Werktage	Sonn- / Feiertage
Vigil (Nächtl. Wachen)	5.00 Uhr	5.45 Uhr
Laudes (Morgenlob)	6.25 Uhr	ca. 6.25 Uhr
Konventamt	7.00 Uhr	10.15 Uhr
Pfarrgottesdienste		7.30/9.00 Uhr
Mittagshore	12.00 Uhr	11.45 Uhr
Vesper (Abendlob)	17.30 Uhr	17.30 Uhr
Komplet (Nachtgebet)	19.00 Uhr	19.15 Uhr

Sommerhalbjahr: alle Gebetszeiten in der Kirche

Winterhalbjahr: alle Gebetszeiten in der St. Gregor Kapelle

Essenszeiten im Gästehaus St. Gregor

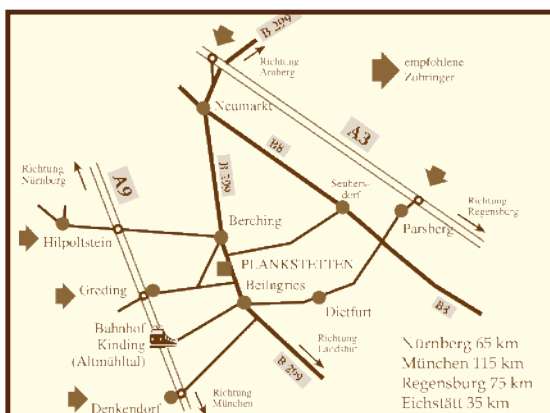
	Werktage	Sonn- / Feiertage
Frühstück ab	8.00 Uhr	ab 8.15 Uhr
Mittagessen	12.25 Uhr	12.10 Uhr
Kaffee gleitend nach dem Mittagessen		
Abendessen	18.10 Uhr	18.10 Uhr

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

- Bahnlinie Nürnberg – Regensburg
Bahnstation NM/Opf., dann Bahnbus Linie 515 Richtg. Dietfurt, Haltest. **Plankstetten - Ost**, 5 Min. Fußweg zum Kloster.
- Bahnlinie München – Nürnberg
Bahnstation Kinding, Bahnbus nach **Plankstetten - Ost** (mit dem Bahnbus Richtung NM) oder mit dem Taxi.

Anreise mit dem PKW

- Autobahn München-Nürnberg A9, Ausfahrt 58 **Altmühltal** (15 Min.), über Beilngries B 299 Richtung NM
- Autobahn Regensburg-Nürnberg A3, Ausfahrt 94 **Parsberg** (20 Min.), über Seubersdorf Richtung Berching



Konzerte 2011
- Klassik im Kloster -

Sonntag, 30. Januar 2011/ 19.30 Uhr

Kammermusikabend

mit Manuel Druminski – Geige
und Tatiana Chernichka – Klavier

Werke von Beethoven und César Franck

Sonntag, 27. Februar 2011 / 19.30 Uhr

Solo- und Gesangsabend

Theresa Holzhauser – Mezzosopran
Marioara Trifan – Klavier

Palmsonntag, 17. April 2011, 19.30 Uhr

Konzert zum Auftakt der Karwoche

Andreas Skouras – Cembalo

Werke von Bach, Händel, Haydn u. a.

Kartenvorverkauf:

Klosterhofladen und Buchhandlung
der Abtei Plankstetten, Tel. (0 84 62) 206 150

Eintritt: € 9,--, ermäßigt € 7,--

Weitere Termine finden Sie im Internet:

www.kloster-plankstetten.de



KURSANMELDUNG

(Eine Anmeldebestätigung erhalten Sie nicht! Nur wenn der Kurs **nicht** stattfinden sollte oder schon belegt ist, werden wir Sie benachrichtigen.)

Hiermit melde ich mich verbindlich an:

Kurs Nr.

Thema:

vom

bis

Name

Straße

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Altersgruppe

unter 25

25-40

40-55

55-70

über 70

Mein Zimmerwunsch

Einzelzimmer mit Dusche/WC

Doppelzimmer mit Dusche/WC

Einzelzimmer mit Waschbecken

Doppelzimmer mit Waschbecken

vegetarisches Essen oder besondere Kost: _____

Datum

Unterschrift



Haus St. Gregor

Klosterplatz 1

92334 Berching