



KURSPROGRAMM 2012



Veranstalter
BENEDIKTINERABTEI
PLANKSTETTEN

Klosterplatz 1
D-92334 Berching (Diözese Eichstätt)



Durchführung und Kontakt
GÄSTEHAUS ST. GREGOR

Klosterplatz 1, 92334 Berching (Lageplan siehe Seite 53)

Hausleitung

Sr. Conrada Aigner
Tel 08462 / 206-193
conrada.aigner@kloster-plankstetten.de

Gästehausbüro

Annelies Schweiger
Tel 08462 / 206-130
gaestehaus@kloster-plankstetten.de

Kursanmeldungen

Barbara Hlawatsch
Tel 08462 / 206-201
barbara.hlawatsch@kloster-plankstetten.de

Bürozeiten


Mo - Fr 9.00 - 12.00 Uhr . Mo 13.00 - 16.30 Uhr
Fax 08462 / 206-121

Beachten Sie bitte aktuelle Infos auf unseren Websites

www.kloster-plankstetten.de und
www.kursprogramm-im-kloster.de

Bankverbindung

Benediktinerabtei Plankstetten
Liga Bank Eichstätt . BLZ 750 90 300 . Konto 763 0000

Kurse, die mit  gekennzeichnet sind, werden in Zusammenarbeit mit der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Eichstätt Diözesanbildungswerk e.V. als offene Bildungsangebote durchgeführt.

Layout: Petra Molzahn . www.atelier-molzahn.de
Druck: Wiedemann & Edinger Druck GmbH, Schwaig
Der Umwelt zu Liebe gedruckt auf RecyMago matt
(Papier mit Umweltengel-Zertifizierung)



Liebe Gäste unseres Klosters,

als Abt der Benediktinerabtei Plankstetten freue ich mich, dass Sie das Programm unseres Gästehauses St. Gregor in die Hand genommen haben. Wie in den Jahren zuvor haben wir für Sie unser Programm in drei Abschnitte gegliedert: **Spiritualität, Gesundheit & Lebensführung und Kreativität.**

Alles Gestalten und Verändern beginnt im Herzen des Menschen, dort, wo Gott den Menschen berührt. Von daher ist es uns ein Anliegen, den Abschnitt **Spiritualität** voranzustellen, um deutlich zu machen, dass alle Impulse von Gott ausgehen. Weil sich Männer, Frauen, Priester, Führungskräfte, Senioren u.a. für ein individuelles geistliches Leben interessieren, haben wir für diese Personen ein eigenes Programm zusammengestellt. Mit ist es auch ein Anliegen, Sie zu den Gottesdiensten der klösterlichen Gemeinschaft oder der Pfarrei einzuladen, der Regel des hl. Benedikt folgend: „Wenn du etwas Gutes beginnst, bestürme ihn beharrlich im Gebet, er möge es vollenden.“ (Prolog der Benediktsregel)

Damit das geistliche Bemühen erfahrbar wird und Frucht bringen kann, braucht es einen äußeren Rahmen. Unter der Überschrift **Gesundheit & Lebensführung** finden Sie Kurse, die Ihre psychische und leibliche Gesundheit fördern. Sodann sollen Ihnen Kurse zum Fasten, zur gesunden Ernährung und zum Kochen mit Kräutern helfen, praktische Impulse zu Hause umzusetzen – so nehmen Sie ein Stück Plankstetten mit und erinnern sich an die guten Erfahrungen bei uns.

In den Kursen, die Sie unter dem Abschnitt **Kreativität** finden, können Sie bei uns Erfahrenes, Erlebtes, Erkanntes und Erhofftes kreativ zum Ausdruck bringen. Dem geistlichen Leben ist es eigen, greifbar zu werden, so wie der unsichtbare Gott in Jesus Christus Mensch geworden ist. Die Kurse im kreativen Bereich spannen sich wie ein Bogen von Kalligraphie und Ikonenmalkursen bis zum kreativen Umgang mit Farben. Auch hier können Sie Fertigkeiten erwerben, mit denen Sie zu Hause Ihrem Leben eine neue Gestalt geben können.

Wer in den vergangenen Jahren einige Tage in unserem Kloster verbracht hat, wird die Bauarbeiten beobachtet haben und ist sicherlich neugierig, wie weit die Arbeiten gediehen sind. Im Jahr 2012 werden wir soweit vorangeschritten sein, dass wir während des Winters zum Chor- gebet in die neue Kapelle gehen können. Sodann werden Sie im kommenden Jahr von der neuen Küche mit besten Speisen versorgt werden. Wir hoffen, dass die Bauarbeiten im Klausurbereich bis zum Jahr 2013 abgeschlossen sind.

„Komm und sieh!“ Mit diesen Worten Jesu laden wir zu einem Besuch in unserem Kloster und in unserem Gästehaus ein. Die Mönche der Abtei Plankstetten, Sr. Conrada Aigner und die Mitarbeiter/-innen unseres Klosters freuen sich auf Ihr Kommen.

Beda Maria Sonnenberg OSB

Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB
Abt der Benediktinerabtei Plankstetten

Kurse

Kalendarisch	S. 6
Thematisch:	
■ Spiritualität	S. 10
■ Gesundheit/Lebensführung	S. 30
■ Kreativität	S. 43

Referenten	S. 49
-------------------	-------

Hinweise

Kosten Übernachtung / Vollpension	S. 52
Kosten Kursteilnehmer	S. 52
Kursanmeldung	S. 52
Kursbeginn	S. 52
Gottesdienstzeiten	S. 53
Essenszeiten	S. 53
Anreise	S. 53
Lebensmittelqualität	S. 4, U 3
Gruppen/ Einzelgäste	S. 3
Ausstellung „Glauben und Handeln“ – Ikonen	S. 4

Anmeldeformular	S. 55
------------------------	-------

Klosterbetriebe	U 3
------------------------	-----

Aus dem Plankstettener Kalender	U 4
--	-----

■ 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 selbst 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 52.

■ 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 Ikonenausstellung. 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 kennenzulernen.

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-Ausstellungen: 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 - 18.00 Uhr
Montag - Samstag 9.00 - 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 (Kurzbeobachtungen 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 Göttliche Barmherzigkeit, Beichtgelegenheit und Sonntagsmesse, Glaubensgespräch für alle Interessierten, Besprechen des Katechismus der Katholischen Kirche, abschließend gemütliche Kaffe Runde, unkomplizierte Einbeziehung der Kinder.

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

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

■ Für Jugendliche

Jugendvesper Plankstetten

Jeden 3. Freitag des Monats um 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 (Tel. 08462 / 24 84) oder das

Kath. Jugendsekretariat – Schneemühle

Jugendpflegerin: Martha Gottschalk Tel 08462 / 942 18 51
www.jugendstelle-schneemuehle.de

JAHRESÜBERSICHT

■ Spiritualität ■ Gesundheit & Lebensführung ■ Kreativität

Termin	Kurs	Thema	S.
JANUAR			
05.01.-08.01.	109	Plankstettener Kalligraphiewerkstatt	43
06.01.-08.01.	001	Dem Rhythmus folgen	10
07.01.	002	Das Neue Testament	10
20.01.-22.01.	003	Kontemplationskurs	10
21.01.	004	In Gottes Gegenwart	11
28.01.	005	Oasentag	11
FEBRUAR			
03.02.-05.02.	073	Kommunikation und Rhetorik	30
03.02.-05.02.	110	Warme Farben statt kalte Füße	43
04.02.	006	Das Neue Testament	11
11.02.	007	Gott: Ja! – Kirche: Nein?	11
13.02.-17.02.	008	Exerzitien für Führungskräfte	12
13.02.-16.02.	074	Kurs zur Burn-out-Prävention	30
17.02.-24.02.	075	Gesundheitswoche	31
18.02.	076	Backtag: Faschingskrapfen	31
19.02.-26.02.	077	Fasten und Wandern	31
25.02.	009	In Gottes Gegenwart	12
25.02.	010	Meditativer Tanz	12
MÄRZ			
03.03.	011	Besinnungstag	13
03.03.	012	Das Neue Testament	13
10.03.	013	Einkehrtag in der Fastenzeit	13
15.03.	078	Workshop Öffentlichkeitsarbeit	32
16.03.-18.03.	079	Workshop für Frauen	32
16.03.-23.03.	080	Fasten mit Leib und Seele	33
17.03.	014	In Gottes Gegenwart	13
17.03.	015	Oasentag	13
23.03.-25.03.	016	Besinnungswochenende	14
23.03.-24.03.	081	Die Stimme	33
24.03.	017	Spirituelle Wege	14
24.03.	082	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	33

30.03.-01.04.	018	Besinnungstage für Benediktineroblatten	14
30.03.-01.04.	111	KreativSein	43
30.03.-05.04.	112	Ikonenmalkurs	44
31.03.	083	Backtag: Osterlamm und Osterbrot	34
31.03.	084	Fit ins Frühjahr mit der Kraft der Kräuter	34
APRIL			
05.04.-08.04.	019	Kar- und Ostertage gemeinsam feiern	14
07.04.	020	Das Neue Testament	15
10.04.-13.04.	085	Kinder-Eltern-Workshop	35
13.04.-15.04.	021	Einführung in das Enneagramm	15
20.04.-22.04.	113	Stille und Licht	44
21.04.	022	In Gottes Gegenwart	15
27.04.-29.04.	114	Plankstettener Kalligraphiewerkstatt	45
28.04.	086	Den Füßen Gutes tun	35
28.04.-01.05.	023	Wege zum Sein	16
MAI			
05.05.	024	Das Neue Testament	16
05.05.	087	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	36
05.05.	088	Geschichte der Klostermedizin	36
12.05.	025	Kinder „fragen“ Kinderfragen...	16
12.05.	089	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	36
17.05.	115	Malerische Kreativ-Reise	45
19.05.	026	Oasentag	16
19.05.	027	In Gottes Gegenwart	17
JUNI			
01.06.-02.06.	028	Nah-Tod-Erlebnisse	17
01.06.-03.06.	090	Lebensqualität durch Balance	37
02.06.	029	Das Neue Testament	17
02.06.	091	Leckeres aus der Wildkräuterküche	37
03.06.-07.06.	030	Wanderexerzitien	17
07.06.-10.06.	031	Gregorianischer Choral	18
16.06.	032	In Gottes Gegenwart	18
16.06.	092	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	38
22.06.-24.06.	033	Biblisches Wochenende für Frauen	18

22.06.-24.06.	093	Carpe diem – Kraftquellen fürs Leben	38
23.06.	034	Spirituelle Wege	19
23.06.	094	Wildkräuterwanderung mit Kochkurs	38
25.06.-28.06.	095	Nahrung für Leib und Seele	39

JULI

06.07.-8.07.	035	Workshop: Neues Geistliches Lied	19
06.07.-13.07.	096	Gesundheitswoche	39
07.07.	036	Das Neue Testament	19
13.07.-15.07.	037	Biblisches Wochenende: AT	20
13.07.-15.07.	038	Geistlich entscheiden	20
14.07.	039	In Gottes Gegenwart	21
20.07.-22.07.	040	Einführung in die Meditation	21

AUGUST

04.08.	041	Das Neue Testament	21
04.08.	097	7 Kräutlein für Segen und Schutz	39
05.08.-12.08.	116	Plankstettener Kalligraphiewerkstatt	45
11.08.	042	In Gottes Gegenwart	22
13.08.-19.08.	117	Ikonenmalkurs	46
17.08.-24.08.	098	Fasten und Wandern	40
19.08.-24.08.	043	Einzelexerziten	22

SEPTEMBER

01.09.	044	Das Neue Testament	22
02.09.-09.09.	118	Malkurs	46
03.09.-09.09.	119	Ikonenmalkurs	46
08.09.	045	In Gottes Gegenwart	22
08.09.	046	Oasentag	22
08.09.	99	Geschichte der Klostermedizin	40
12.09.-14.09.	047	Führung und Spiritualität	23
14.09.-16.09.	048	Workshop: Neues Geistliches Lied	23
14.09.-16.09.	049	Gregorianischer Choral	23
17.09.-21.09.	050	Ora et labora – Woche	24
21.09.-23.09.	120	KreativSein – erleben	47
24.09.-27.09.	051	Senioren-gemeinschaftstage	24

OKTOBER

06.10.	052	Das Neue Testament	24
06.10.-11.10.	053	Der Seele Raum geben – Kurz-exerziten	24

06.10.	100	Brauchtum aus der Backstube	40
12.10.-14.10.	101	Zur Kraft durch einen gesunden Schlaf	40
13.10.	054	Spirituelle Wege	25
13.10.	055	In Gottes Gegenwart	25
15.10.-18.10.	102	Nahrung für Leib und Seele	41
19.10.-21.10.	056	Stille Tage im Kloster für Männer	25
19.10.-21.10.	103	Glücklich und gesund	41
19.10.-21.10.	104	Lebens-Atem und Lebens-Sinn	41
20.10.	057	Kinder-Besinnungstag	26
20.10.	058	Meditativer Tanz	26
26.10.-28.10.	121	Die Kraft der Farbe	47
27.10.	059	Oasentag	26

NOVEMBER

01.11.-4.11	122	Kalligraphie und Buchmalerei	47
03.11.	060	Das Neue Testament	26
03.11.	105	Backtag: Vom Korn zum Brot	42
05.11.-09.11.	061	Schweige-exerziten für Frauen	26
09.11.-16.11.	106	Gesundheitswoche	42
09.11.-11.11.	123	Farbenlust statt Nebelfrust	48
10.11.	062	Lebensschutztag	27
16.11.-18.11.	063	Träume – Gottes vergessene Sprache	27
17.11.	064	In Gottes Gegenwart	27
21.11.	065	Tag für verwitwete Frauen	27
23.11.-25.11.	066	Besinnungstage für Benediktinerobläten	28
23.11.-25.11.	124	Plankstettener Krippenwerkstatt	48

DEZEMBER

01.12.	067	Das Neue Testament	28
07.12.-09.12.	068	Lehrhaus für ein geistliches Leben	28
08.12.	069	In Gottes Gegenwart	29
07.12.-13.12.	107	Fasten und Wandern	42
08.12.	108	Backtag: Christstollen und Co.	42
14.12.-16.12.	070	Wochenende für Frauen	29
22.12.	071	Spirituelle Wege	29
30.12.-01.01.	072	Jahreswende gemeinsam feiern	29

JANUAR

001

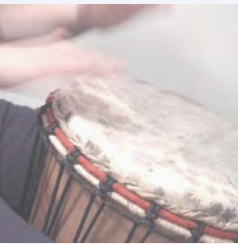
Fr. 06. Jan.

18.00 Uhr -

So. 08. Jan.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 65,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung



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. Es 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 ein inneres Gleichgewicht zwischen Konzentration und Entspannung entstehen kann.

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

004

Sa. 21. Jan.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€
inkl. M/K

„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

005

Sa. 28. Jan.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 25,-€
inkl. M/K

Weitere Oasentage:
17. März, 19. Mai,
29. Sept., 27. Okt.

Oasentag: „Dem Leben trauen, weil Gott es mit uns lebt“ (A. Delp)

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

002

KEB

Sa. 07. Jan.

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Kindheitsgeschichte Jesu im Matthäus- und Lukasevangelium

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

003

Fr. 20. Jan.

17.30 Uhr -

So. 22. Jan.

13.30 Uhr

Kosten: 45,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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

FEBRUAR

006

KEB

Sa. 04. Febr.

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Quellentexte zum Matthäus- und Lukasevangelium

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

007

KEB

Sa. 11. Febr.

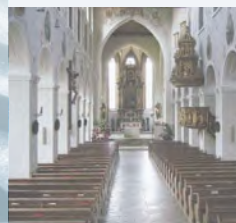
10.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€
inkl. M/K

Gott: Ja! – Kirche: Nein?

Offener Gesprächstag für Menschen, die die Kirche nicht mehr verstehen oder sich von ihr unverstanden fühlen. Sind die Schwierigkeiten wirklich unlösbar? Gespräch in Gemeinschaft und/oder „unter vier Augen“; nach Wunsch Klosterführung und Angebot zur Teilnahme am Chorgebet der Mönche.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten



008

Mo. 13. Febr.

18.00 Uhr -

Fr. 17. Febr.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 240,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Ruhe bewahren – Exerziten für Führungskräfte

In einer Gesellschaft, die zunehmend schneller und damit lauter wird, können Führungskräfte die Kontrolle über sich selbst und über die ihnen anvertrauten Menschen verlieren. Es gilt zur Ruhe zu kommen und sie zu bewahren. Stille- und Entspannungsübungen, Meditation, Impulse, Wanderungen und Gespräche sollen helfen, zur Ruhe und zu den inneren Kraftquellen zu kommen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

009

Sa. 25. Febr.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€

inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung des stellvertretenden Sühnopfers Christi im Sakrament des Altares und unserer Mitwirkung. Eine nicht unwirksame Alternative zu den letzten Fasten- und Fastenstagen.

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

010

**Sa. 25. Febr.**

9.30 - 16.30 Uhr

Kosten: 35,-€

inkl. M/K

Weiterer Kurs:

20. Okt.

Meditativer Tanz – einen ganzen Tag lang

„Ich lobe den Tanz, denn er befreit den Menschen von der Schwere der Dinge, bindet den Vereinzelten 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

011

Sa. 03. März

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 20,-€

inkl. M/K

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

012

**Sa. 03. März**

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –

Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Passion Jesu

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

013

Sa. 10. März

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 20,-€

inkl. M/K

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

014

Sa. 17. März

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€

inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung liturgischer Texte zu den Hochfesten des hl. Joseph und Verkündigung des Herrn / Mariae Verkündigung.

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

015

Sa. 17. März

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 25,-€

inkl. M/K

Oasentag: „Denn wenn ich schwach bin, bin ich stark!“ (Paulus)

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 005

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

Weitere Oasentage: 19. Mai, 29. Sept., 27. Okt.

016

Fr. 23. März

18.00 Uhr -

So. 25. März

13.30 Uhr

Kursgebühr: 35,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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

017

Sa. 24. März

9.00 - 16.00 Uhr

Kosten: 10,- €
inkl. K

Spirituelle Wege – unterwegs mit dem hl. Benedikt

Der Benediktusweg zwischen Berching und Plankstetten lädt ein, das Leben des hl. Benedikt näher kennenzulernen und sich mit der Lebensform des Mönchtums zu befassen.
Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB, Plankstetten

018

Fr. 30. März

17.00 Uhr -

So. 01. Apr.

13.30 Uhr

Kosten für Übernachtung
und Verpflegung

Besinnungstage für Benediktineroblaten, Interessierte und Gäste

Alle, die ihren Alltag im Geiste des hl. Benedikt gestalten wollen, sind dazu herzlich eingeladen.
Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten
Weiterer Termin: 23. Nov.

APRIL

019

Do. 05. Apr.

17.00 Uhr -

So. 08. Apr.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 45,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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

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

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

020

KEB

Sa. 07. Apr.

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Auferstehung Jesu

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch
Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

021

KEB

Fr. 13. Apr.

18.00 Uhr -

So. 15. Apr.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 55,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Sich selbst und andere verstehen – Einführung in das ENNEAGRAMM auf christlicher Grundlage

Das spirituell-psychologische Typenmodell des Enneagramms kennt 9 Charaktermuster. Über das Kennenlernen des eigenen Musters gibt es uns einen Einblick in die Stärken und Schwächen unserer Persönlichkeit. Dabei will uns das Enneagramm nicht festlegen. Es versteht sich lediglich als Hilfsmittel, mit dem wir den Motiven, die hinter unserem Denken und Handeln stehen, auf die Spur kommen. Wir werden ermutigt, einen Entwicklungsweg zu gehen – hin zu dem Leben in Fülle, das Jesus Christus uns verheißt (Joh 10,10).

Durch Kurzreferate, Gruppen-/Partnerarbeit sowie biblische Impulse wird das Enneagramm vorgestellt und eine erste Annäherung an den eigenen Typ ermöglicht.

Leitung: Elisabeth Reinhard, Neunkirchen a. Br.



022

Sa. 21. Apr.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,- €
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung anlässlich des Gedenkens der hl. Katharina von Siena, einer großen Verehrerin des Kostbaren Blutes Jesu Christi.

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten



023

Sa. 28. Apr.

18.00 Uhr -

Di. 01. Mai

13.30 Uhr

Kursgebühr: 95,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung



„Wege zum Sein“ – Energie- und Selbsterfahrung

Manchmal sind wir erschöpft, ohne Kraft und Energie. Wir leben nicht aus der Mitte, sondern werden von außen bestimmt. Wir spüren uns, unsere Bedürfnisse und unser wahres Sein nicht mehr. In diesem Seminar wollen wir den Rahmen schaffen, der BeSINnung und innere Entfaltung ermöglicht. Bibliodrama, Gebet, Meditation, Singen, Tanzen und Austausch öffnen uns wieder für unsere eigene Tiefe und unser wahres „Mensch-Sein“. Einfach „So-sein-dürfen“ heißt auch: angenommen sein von Gott! Diesen Erfahrungen wollen wir Raum geben und daraus neue Kraft und Energie schöpfen.

Leitung: Renate Ebeling, Kiel
Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

027

Sa. 19. Mai

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,- €
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte anlässlich der Pfingstnovene sowie zur Vorbereitung von Fronleichnam.

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004
Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

JUNI

028

KEB

Fr. 01. Juni

11.00 Uhr -

Sa. 02. Juni

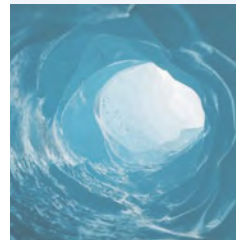
13.30 Uhr

Kursgebühr: 35,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Nah-Tod-Erlebnisse – Hirngespinnste oder...?

Lange Zeit waren Nah-Tod-Erlebnisse tabu. Heute zeigen Forschungen, dass Hunderttausende in allen Kulturen und Religionen über solche Erfahrungen verfügen. In der BRD sind es über 4% der Bevölkerung. Dr. Stefan Högl hat im Rahmen seiner Dissertation „Transzendenz-erfahrungen – Nah-Tod-Erlebnisse im Spiegel von Wissenschaft und Religion“ kompetent über dieses Phänomen berichtet. Als Philosoph und Ethiklehrer weiß er Hilfestellungen zu vielen Fragen um Sterben, Tod und Weiterleben zu geben.

Leitung: Dr. Stefan Högl, Niederaichbach
In Zusammenarbeit mit den „alten Herren“ der KSTV ISARIA, Freising/Weihenstephan



MAI

024

KEB

Sa. 05. Mai

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Apostelgeschichte

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

025

Sa. 12. Mai

10.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 8,- €
inkl. M/K

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, Ball spielen... (Anmeldung erforderlich!)

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

029

KEB

Sa. 02. Juni

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Paulus

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

026

Sa. 19. Mai

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 25,- €
inkl. M/K

Oasentag: „Alles wirkliche Leben ist Begegnung!“ (M. Buber)

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 005
Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten
Weitere Oasentage: 29. Sept., 27. Okt.

030

So. 03. Juni

18.00 Uhr -

Do. 07. Juni

13.30 Uhr


Wanderexerziten

Die Gegend rund um das Kloster lädt zu Tageswanderungen (ca. 12 km am Tag!) ein und bietet auch Kirchen, Kapellen und Kreuzwege als spirituelle Orte, die zu Gebet und Besinnung einladen. Arbeit mit der Heiligen Schrift, Zeiten

Kursgebühr: 50,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

schweigenden Wanderns, Entschleunigungs-
übungen und Gespräche in der Gruppe sollen
helfen, zu Gott und zu sich selbst zu finden.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

031 

Do. 07. Juni

18.00 Uhr -

Sa. 10. Juni

13.30 Uhr

Kursgebühr: 75,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Gregorianischer Choral – Sing meine Seele

Singen von Gregorianischem Choral heißt sin-
gend beten. Das Erlernen von Gesängen, the-
oretische Auseinandersetzung mit der Grego-
rianik und Stimmbildung werden an diesem
Wochenende angeboten. Die Gesänge vom
Sonntag bilden den Inhalt des Kurses.

Leitung: Dr. Gloria Braunsteiner, Pressburg
Weiterer Kurs: 14. Sept.

032

Sa. 16. Juni

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende begleitende Betrachtung über die
Gottheit Jesu Christi zur Vertiefung des voran-
gegangenen Fronleichnamfestes.

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

033 

Fr. 22. Juni

18.00 Uhr -

Sa. 24. Juni

13.30 Uhr

Kursgebühr: 45,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Verwandlung und Heilung geschehen lassen – Biblisches Wochenende für Frauen

Jeder Mensch sehnt sich nach Heil und Heilung
für Leib und Seele. Wir leiden oft an unseren
Schwächen und Begrenztheiten und machen
uns selbst das Leben schwer. Im Neuen Testa-
ment hören wir von Jesus das Wort: „Frau, dein
Glaube hat dir geholfen!“ In der Begegnung und
Berührung mit Jesus geschah Verwandlung und
Heilung. Aber wie ist das heute? Miteinander
wollen wir uns dieser Frage stellen und durch
Texte der Bibel, durch Gemeinschaft im Gebet,
Meditation, kreative Arbeit und Austausch, uns
selbst für Verwandlung und Heilung öffnen.

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

034

Sa. 23. Juni

9.00 - 16.00 Uhr

Kosten: 10,-€
inkl. K



Spirituelle Wege – unterwegs mit dem hl. Johannes dem Täufer

Der hl. Johannes der Täufer fordert, auch in
einer unwegsamen Gegend einen Weg für die
Begegnung mit Gott zu suchen. Wahrlich eine
aktuelle Botschaft. Bibelgespräche, Impulse auf
dem Weg und Zeiten der Stille geben die Mög-
lichkeit, sich auf diese Herausforderung einzu-
lassen.

Leitung:

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

JULI

035 

Fr. 06. Juli

18.00 Uhr -

Sa. 08. Juli

16.00 Uhr

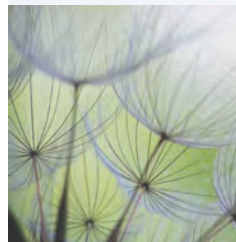
Kursgebühr: 55,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung
(Schüler/Stud.
ermäßigt)


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

In diesem Workshop wird der junge Dirigent
und Komponist Martin Völlinger seine neuen
Lieder vorstellen und proben. Im Mittelpunkt
stehen Psalmvertonungen, Lobpreislieder und
Gebete im Pop- und Jazzgewand. Auch Gos-
pels und Spirituals werden gesungen. Es gibt
Tipps zur Stimmbildung, Chorleitung, Erstellung
von Arrangements und zur Liedbegleitung. Ein-
geladen sind Sänger/-innen aller Stimm- und
Altersgruppen bzw. Multiplikatoren, die Freude
am gemeinsamen Musizieren von Neuen Geistli-
chen Liedern haben. Instrumente können mitge-
bracht werden. Die erarbeiteten Lieder werden
bei einem kleinen Konzert präsentiert.

Leitung: Martin Völlinger, Luzern/Schweiz

Weiterer Termin: 14. Sept.



036 

Sa. 07. Juli

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Der 1. und 2. Thessalonicherbrief

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten



037 

Fr. 13. Juli

18.00 Uhr -

So. 15. Juli

13.30 Uhr


Kursgebühr: 50,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung



Biblisches Wochenende: „Ich werde mitten unter den Israeliten wohnen“ (Ex 29,45)

Der Sinai ist der Ort der Gottesbegegnung. Hier empfängt Israel die Zehn Gebote (Ex 20). Hier tritt es in ein Bundesverhältnis mit seinem Gott ein (Ex 24). Am Sinai geschieht sowohl das Drama des Bundesbruches (Ex 32), als auch das Wunder der Vergebung durch den barmherzigen und gnädigen Gott (Ex 34,6-7). Die Sinaierzählung zeigt auf, was Gott mit seinem Volk im Sinne hat: „Ich will mitten unter den Israeliten wohnen...“ (Ex 29,45). Wir widmen uns beim Biblischen Wochenende ausgewählten Texten aus Ex 24-40 und schließen die Lektüre des Buches Exodus ab. Es wird gebeten, eine eigene Bibel mitzubringen und die entsprechenden Texte zur Vorbereitung zu lesen.

Leitung: Prof. Dr. Franz Sedlmeier, Augsburg

038 

Fr. 13. Juli

16.00 Uhr -

So. 15. Juli

14.00 Uhr

Kursgebühr: 65,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung



„Wir werden, wozu wir uns entscheiden“ Geistlich entscheiden – Seminar für Männer

Wie soll ich mich entscheiden? Was hilft mir bei meinen Entscheidungen und was behindert mich? Von welchen Maßstäben lasse ich mich leiten? Stehen Sie vor diesen Fragen, privat wie beruflich? Die ignatianische Spiritualität kann uns in den Schritten der Entscheidungsfindung eine Orientierung geben. Wahrnehmen – unterscheiden – entscheiden. „Wähle also das Leben“ (Dtn 30,19). Mit dieser Zusage sind Sie eingeladen, Ihrer Sehnsucht und Bestimmung nachzugehen. Das Seminar ist darauf ausgerichtet, dass Sie Ihre persönliche Frage mit Hilfe angeleiteter Schritte betrachten und ihre Erfahrungen in Kleingruppen austauschen. Begleitet werden die Impulse mit Schwertübungen aus dem AIKIDO. Die Übungen helfen Ihnen, Aufmerksamkeit zu entwickeln für die Grundordnung des Lebens und den Rhythmus des Atems.

Sie erfahren kraftvolles Handeln (Schneiden) aus der Körpermitte. Die Schwertübungen werden mit japanischen Holzschwertern durchgeführt, die zur Verfügung stehen. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Leitung: Matthias Helfrich, Rupertsbuch

039

Sa. 14. Juli

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zum „Kostbaren Blut des Lammes ohne Fehl und Makel“

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

040

Fr. 20. Juli

17.30 Uhr -

So. 22. Juli

13.30 Uhr

Kursgebühr: 45,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung


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

AUGUST

041 

Sa. 04. Aug.

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Gleichnisse Jesu

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

042

Sa. 11. Aug.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,- €
inkl. M/K

„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 Kurs Nr. 004
Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

043

Sa. 19. Aug.

17.00 Uhr -

Fr. 24. Aug.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 50,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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

SEPTEMBER

044

KEB

Sa. 01. Sept.

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Bergpredigt bei Matthäus

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch
Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

045

Sa. 08. Sept.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,- €
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zu den Festen „Kreuzerhöhung“ und „Schmerzen Mariens“.
Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004
Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

046

Sa. 08. Sept.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 25,- €
inkl. M/K

Oasentag: „Wo der Dornbusch brennt“ (Mose)

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 005
Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten
Weiterer Oasentag: 27. Okt.

047

KEB

Mi. 12. Sept.

18.00 Uhr -

Fr. 14. Sept.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 85,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung



Führung und Spiritualität für Führungskräfte mit und ohne Weisungsbefugnis

Wie beeinflusst Spiritualität unser Führungsbild und -handeln? 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 können den Kurs als geschlossene Veranstaltung im Kloster belegen.)

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

048

KEB

Fr. 14. Sept.

18.00 Uhr -

So. 16. Sept.

16.00 Uhr

Kursgebühr: 55,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 035
Leitung: Martin Völlinger, Luzern/Schweiz
(Schüler/Stud. ermäßigt)

049

KEB

Fr. 14. Sept.

18.00 Uhr -

So. 16. Sept.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 65,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Gregorianischer Choral – Sing meine Seele

Kursbeschreibung:
siehe 07. Juni (Kurs Nr. 030)
Leitung: Dr. Gloria Braunsteiner, Pressburg

050

„Ora et labora“-Woche

Mo. 17. Sept.

11.00 Uhr -

Fr. 21. Sept.

13.30 Uhr

Übernachtung und
Verpflegung frei!

Im 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

051

Senioren-gemeinschaftstage

Mo. 24. Sept.

15.00 Uhr -

Do. 27. Sept.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 35,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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 Natur prägen diese Tage.

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

054

Sa. 13. Okt.

9.00 - 16.00 Uhr

Kursgebühr: 10,- €
inkl. K

Spirituelle Wege – unterwegs mit den hl. Schutzengeln

Die Erfahrung des Schutzengels geht bis in die Bibel zurück. Jeder hat einen Schutzengel und braucht einen. Bibelgespräche, Impulse auf dem Weg, Zeiten der Stille geben die Möglichkeit, sich der Gegenwart unserer Wegbegleiter zu vergewissern.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB
Plankstetten

055

Sa. 13. Okt.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,- €
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

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

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

OKTOBER

052

KEB

Sa. 06. Okt.

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Wunder Jesu

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

053

Mo. 08. Okt.

11.00 Uhr -

Do. 11. Okt.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 65,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Der Seele Raum geben – Kurz-exerzitien für Frauen

„Schweigen heißt nicht, nichts sagen, sondern mit allen Kräften hören.“ (Madeleine Dêlbrel)
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

056

Fr. 19. Okt.

15.00 Uhr -

So. 21. Okt.

13.00 Uhr

Kursgebühr: 85,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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 kommen bei all dem nicht manchmal die Freude am Leben, das Unbeschwertere, 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: Alfred Rott, Freising



057

Sa. 20. Okt.
10.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 8,-€
inkl. M/K

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, Ball spielen...

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

058

KEB

Sa. 20. Okt.
9.30 - 16.30 Uhr

Kosten: 35,-€
inkl. M/K

Meditativer Tanz – einen ganzen Tag lang

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 010

Leitung:
Sr. Hermine Ferber, Rebdorf/Eichstätt

059

Sa. 27. Okt.
9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 25,-€
inkl. M/K

Oasentag: „Steh auf, iss und trink, sonst ist der Weg zu weit“ (Elija)

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: Sr. Conrada Aigner, Plankstetten

NOVEMBER

060

KEB

Sa. 03. Nov.
14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die Offenbarung des Johannes

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

061

Mo. 05. Nov.
14.30 Uhr -
Fr. 09. Nov.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 45,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Schweigeexerzitien für Frauen: „Ich möchte nah an deinem Herzen lauschen“

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 Frauen-
seelsorge der Diözese Eichstätt

062

Sa. 10. Nov.
10.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€
inkl. M/K

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.

In Zusammenarbeit mit den Helfern für Gottes
Kostbare Kinder Deutschland e.V.

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

063

KEB

Fr. 16. Nov.
18.00 Uhr -

So. 18. Nov.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 85,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Träume – Gottes vergessene Sprache in uns

Träume können 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. Traumdeutung ist eine Kunst, zu der 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 zum tieferen Verstehen des schöpferischen Prozesses und der Symbolsprache der eigenen Träume.

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

064

Sa. 17. Nov.
9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,-€
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung einiger liturgischer Texte zum Allerseelenmonat.
Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

065

Mi. 21. Nov.
9.30 - 16.00 Uhr

Kosten: 20,-€
inkl. M/K

Tag für verwitwete Frauen: „Mein gebrochenes Herz machst du heil“

Tod und Trauer führen oft an Grenzen, an denen das Leben für den Hinterbliebenen seinen Sinn zu verlieren scheint. Der Tag lädt 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 Frauen-
seelsorge der Diözese Eichstätt.

066

Fr. 23. Nov.

17.00 Uhr -

Sa. 25. Nov.

13.30 Uhr

Kosten für Über-
nachtung und
Verpflegung

Besinnungstage für Benediktiner- oblaten, Interessierte und Gäste

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

Leitung: P. Pius Wichert OSB, Plankstetten

DEZEMBER

067

KEB

Sa. 01. Dez.

14.30 - 17.00 Uhr

Eintritt frei –
Keine Anmeldung
notwendig!

Das Neue Testament – Die außerbibli- schen Kindheitsgeschichten Jesu

Vortrag – Bibelarbeit – Gespräch

Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

068

Fr. 07. Dez.

18.00 Uhr -

Sa. 09. Dez.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 90,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Lehrhaus für ein geistliches Leben - Einführungsveranstaltung

„Unruhig ist unser Herz bis es ruht in dir“. Mit dieser Sehnsucht nach Gott beginnt jedes geistliche Leben. In der Einführungsveranstaltung soll das Lehrhaus für ein geistliches Leben mit seinen Wohnungen vorgestellt werden. Die Sehnsucht nach Gemeinschaft, Stille, innerer Gegenwart Gottes, einem festen Lebensrhythmus, nach geistlichen Quellen, einem tieferen Verständnis des eigenen Lebens und innerer Dynamik führen uns in verschiedene Räume des geistlichen Lehrhauses. Die Kursreihe umfasst acht Kurse im Zeitraum von zwei Jahren. Bitte fordern Sie gesonderte Informationen an.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

069

Sa. 08. Dez.

9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 18,- €
inkl. M/K

„In Gottes Gegenwart“ – Ein Tag stiller eucharistischer Anbetung

Einführende und begleitende Betrachtung eini-
ger liturgischer Texte zur Adventszeit und zum
Hochfest der Unbefleckten Empfängnis Mariens.

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 004

Leitung: P. Martin Berger OSB, Plankstetten

070

Fr. 14. Dez.

18.00 Uhr -

Sa. 16. Dez.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 35,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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

Ein ruhiges und entspannendes Adventswo-
chenende 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

071

Sa. 22. Dez.

9.00 - 16.00 Uhr

Kosten: 10,- €
inkl. K

Spirituelle Wege im Winter – unterwegs mit dem hl. Stephanus

Der hl. Diakon Stephanus gibt viele Anregungen,
sein Leben auf Christus auszurichten und ihm
eine christliche Gestalt zu geben. Bibelgesprä-
che, Impulse auf dem Weg, Zeiten der Stille ge-
ben die Möglichkeit, neue Wege des Christseins
zu suchen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten

072

So. 30. Dez.

18.00 Uhr -

Di. 01. Jan.

13.30 Uhr


Kursgebühr: 45,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Jahreswende gemeinsam – anders feiern

Wer auf besinnliche und gemeinschaftliche Wei-
se den Weg ins neue Jahr begehen möchte, ist
zu diesen Tagen willkommen. Zur Mitfeier der
klösterl. Gottesdienste wird herzlich eingeladen.

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

FEBRUAR


073 

Kommunikation und Rhetorik

Fr. 03. Febr.
18.00 Uhr -
So. 05. Febr.
13.30 Uhr
Kursgebühr: 85,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

„REDEN... kann ich nicht“, sagen Sie nach diesem Seminar bestimmt nicht mehr! Mit vielen praktischen Übungen und einigem Handwerkszeug im Gepäck machen wir uns auf den Weg der Rhetorik. Egal ob Sie danach ein Grußwort sprechen, eine Rede halten oder schlicht Ihre Meinung vertreten wollen: Sie werden zukünftig gerne reden und überzeugen!

Leitung: Dagmar Bürzle, Neunkirchen a. Br.


074 

Eine Reise zu den Inseln der Lebenskraft – Kurs zur Burn-out-Prävention

Mo. 13. Febr.
14.00 Uhr -
Do. 16. Febr.
15.30 Uhr
Kursgebühr: 145,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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 Disstress und bewusster Ernährung kann Ihnen neue Lebenskraft und einen bewussten, achtsamen Umgang mit sich selbst vermitteln. In der Regel erstatten die Krankenkassen über „IGeL“ die Kursgebühr!

Leitung:
Cornelia Janson, München
Sr. Conrada Aigner, Plankstetten
Dr. med. Igor Haluszczyński, München

075 


Gesundheitswoche – Reinigung von Körper, Geist und Seele

Fr. 17. Febr.
18.00 Uhr -
Fr. 24. Febr.
13.30 Uhr
Gesamtkosten:
585,- € bis 655,- €
inkl. Übernachtung
und Verpflegung
Weitere Kurse:
06. Juli / 09. Nov.

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

Leitung: Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger:
Tel. 08122 / 34 36


076 

Backtag: Faschingskrapfen

Sa. 18. Febr.
13.30 - 18.00 Uhr
Kosten: 25,- €
inkl. K

Erfreuen Sie Ihre Familie im Fasching mit selbst gebackenen Krapfen, gefüllt mit Hiffenmark! An diesem Tag werden Sie in die traditionelle Kunst der Schmalzbäckerei eingeführt und es wird in Ihnen die Freude am Selberbacken geweckt.

Leitung: Julia Schaffer, Plankstetten

077 

Fasten und Wandern mit Leib und Seele (Fasten für Gesunde nach Buchinger)


So. 19. Febr.
18.00 Uhr -
So. 26. Febr.
11.00 Uhr
Gesamtkosten:
422,50 €
inkl. Übernachtung
und Verpflegung
Weitere Kurse:
17. Aug. / 07. Dez.

Das Fasten, zunächst ein physischer Reinigungs- und Aufbauprozess, ist auch die Chance zu einem seelisch-geistigen Prozess der Reinigung, Heilung und Eröffnung neuer Perspektiven. Aus dem Wissen, dass Leib, Geist und Seele eine untrennbare Einheit bilden, sind diese Tage des Fastens geprägt durch den klösterlichen Rhythmus und bieten die Möglichkeit auf die Stimme der eigenen Seele zu hören. Die Fastentage sind auf die individuellen Bedürfnisse der Teilnehmer/-innen abgestimmt, auch bei der Fastenverpflegung und -methode kann auf Wünsche eingegangen werden. Elemente des Kurses: Fasten, tägliche Wanderungen

und Bewegung in der Natur, Teilnahme an den Gebetszeiten der Mönche, Meditation, Entspannung und Wohlfühlen, Impulse und Gespräche, Schweigen, Vorstellen der Vollwert-Ernährung.

Leitung: Angelika Fellner, Muhr am See

MÄRZ

078 

Do. 15. März
9.00 - 16.30 Uhr


Kosten: 65,- €
inkl. M/K

Workshop: Öffentlichkeitsarbeit

Öffentlichkeitsarbeit ist heute wichtiger denn je! Öffentlichkeitsarbeit kostet Zeit und Geld, zahlt sich aber garantiert aus! Öffentlichkeitsarbeit braucht Struktur und System, nur dann ist Öffentlichkeitsarbeit nicht teuer, zielgerichtet, effektiv... und manchmal sogar gratis. Nach dem Tagesworkshop wissen Sie, wie wichtig interne Öffentlichkeitsarbeit ist, wie Sie strukturiert und mit System vorgehen können, wie Flyer aussehen sollten und wie Sie eine Pressemitteilung verfassen.

Leitung: Dagmar Bürzle, Neunkirchen a. Br.



079 

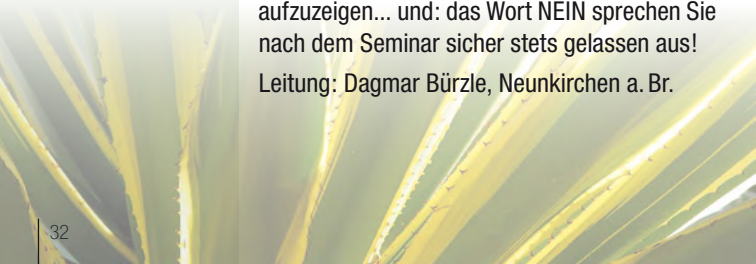
Fr. 16. März
18.00 Uhr -
Sa. 18. März
13.30 Uhr


Kursgebühr: 85,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Workshop für Frauen

Frauen, das „starke“ Geschlecht! Warum verkaufen wir uns oft so schwach? Warum sagen Sie dann so oft ja, wenn Sie doch nein meinen? Warum verrichten Sie die Arbeit von Kolleginnen oder Kollegen? Warum verdient der Mann neben Ihnen mehr als Sie? Warum schufteten Sie zu Hause für zwei? Kommt Ihnen das bekannt vor? Dann sind Sie in diesem Seminar goldrichtig! Wir beschäftigen uns mit Zeit- und Selbstmanagement. Wir üben das Verhandeln und wie Sie Forderungen durchsetzen können (auch wenn es um Gehalt geht). Sie lernen Grenzen aufzuzeigen... und: das Wort NEIN sprechen Sie nach dem Seminar sicher stets gelassen aus!

Leitung: Dagmar Bürzle, Neunkirchen a. Br.



080 


Fr. 16. März
18.00 Uhr -
Fr. 23. März
ca. 10.00 Uhr

Gesamtkosten:
422,50 €
inkl. Übernachtung
und Verpflegung

Fasten mit Leib und Seele

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. Unterstützung des Fastens mit Vitalstoffen auf Wunsch direkt bei der Kursleiterin vor Ort möglich (pro Person 25,- €) Eine Kursbeschreibung senden wir Ihnen gerne zu.

Leitung: Claudia Paulsteiner, Pfronten

081 

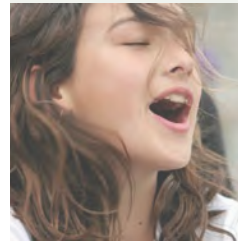
Fr. 23. März
18.00 Uhr -
Sa. 24. März
19.00 Uhr


Kursgebühr: 85,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Die Stimme – mein persönliches Instrument

Die Stimme ist eines der wichtigsten Ausdrucksmittel unserer Persönlichkeit. Unsere Stimme ist ein Persönlichkeitsmerkmal, das unsere Wirkung und unseren Eindruck auf andere wesentlich bestimmt. Dieser Workshop vermittelt Ihnen die Wirkung von Atem und Stimme. Sie erfahren, wie Haltung, Atem, Artikulation und Stimmmodulation die Basis für eine ökonomische Sprechweise bilden. Sie lernen, wie Sie Ihr persönliches „Instrument“ für den Alltag vorbereiten können. In Sprech- und stimmintensiven Berufen wird dies besonders deutlich. Dieser Kurs dient dazu, sich seiner Stimme und seines Ausdrucks bewusst zu werden und dies bei Vorträgen, Lesungen, Referaten, im Unterricht usw. nachhaltig einzusetzen.

Leitung: Christina Kleinjung, Regensburg



082 


Sa. 24. März
9.00 - 13.00 Uhr
Kosten: 37,- €

Wildkräuterwanderung mit Kochkurs – Frühlingskräuter

Die Natur ist nach dem Winter dabei, wieder zu erwachen. Das ist die richtige Zeit, Frühjahrsputz für Körper, Geist und Seele zu machen. 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. Bitte Sammelkorb und Küchenschürze mitbringen.

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing

083 


Sa. 31. März
13.30 - 18.00 Uhr

Kosten: 25,- €
inkl. K

Backtag: Osterlamm und Osterbrot

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: Julia Schaffer, Plankstetten

084 


Sa. 31. März
10.00 - 16.00 Uhr

Kosten: 37,- €
inkl. K/M

Fit ins Frühjahr mit der Kraft der „wilden Kräuter“

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. Bitte Küchenschürze und Sammelkorb mitbringen.

Leitung:
Claudia Vögele, Berching-Staufersbuch

085 

Di. 10. Apr.
17.00 Uhr -
Fr. 13. Apr.
13.30 Uhr

Gesamtkosten
für 1 Kind/1 Erw.:
394,- € bis 427,- €



Kinder-Eltern-Workshop: Top in der Schule – Körperlich fit – Seele im Gleichgewicht

Diese Tage bieten 8- bis 12-jährigen Kindern mit Begleitperson (Eltern-/Großelternanteil) Hilfe, sich besser zu konzentrieren und Ruhe und Gelassenheit zu finden. Tipps für einen erholsamen Schlaf, wohltuende Ernährung, Stärkung des Selbstwertgefühls und ein christlich liebevolles Miteinander. Schwerpunkte: Gehirn- und Bewegungstraining, Kneippen mit Spaß, Naturerlebnisse, gesunde Nahrung, Ängste verlieren. Geschwisterkinder können auch mit einem Erwachsenen ohne Seminar mitkommen.

Leitung:
Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger:
Tel. 08122 / 34 36

086 

Sa. 28. Apr.
9.00 - 17.00 Uhr

Kosten: 45,- €
inkl. M/K




Den Füßen Gutes tun – Fußreflexzonenmassage

Sie ist eine sehr beliebte Massagetechnik mit guten Heilungserfolgen. Bei sich selbst gut anzuwenden und auf Wunsch auch gegenseitig. Im Fuß ist im verkleinerten Maßstab der Zustand des ganzen Menschen zu finden. In bestimmten Bereichen des Fußes, den sog. Reflexzonen, werden durch spezielle Griffe Störungen ertastet und es kann das zugeordnete Organ/System behandelt werden. Ihre Füße tragen Sie geduldig jahrein, jahraus durch jede Lebenssituation! Sie bekommen eine Möglichkeit für Ihre individuelle Gesundheitsvorsorge für zuhause. Die Kursleiterin wird individuell auf die Teilnehmer/-innen eingehen und den Tag sehr abwechslungsreich gestalten.

Leitung:
Monika Müller-Richter, Vaterstetten

MAI

087 

Sa. 05. Mai
9.00 - 13.00 Uhr
Kosten: 37,- €



Wildkräuterwanderung mit Kochkurs – 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. Bitte Sammelkorb und Küchenschürze mitbringen.

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing

088 


Sa. 05. Mai
9.00 - 16.00 Uhr
Kosten: 35,- €
inkl. M/K
Weiterer Termin:
08. Sept.



Geschichte der Klostermedizin – aktuell wie eh und je

Die ursprüngliche Klostermedizin, die ihren Anfang bei Benedikt von Nursia (480-547 n. Chr.) hatte, ist die Grundlage unserer heutigen modernen Medizin. Der ganzheitliche Gesundheitsansatz der Klosterheilkunde erlebt in den letzten Jahren eine Renaissance. Die Anwendung von Heilpflanzen und der Blick auf Ernährung und Lebensstil der Menschen sind die Säulen der klassischen Klostermedizin. In diesem Sinn bilden Körper, Geist und Seele eine Einheit, die im Gleichgewicht sein soll. Erleben Sie einen Tag in klösterlicher Umgebung, um mehr über Geschichte, Entwicklung und Wirkung der Klosterheilkunde zu erfahren. Ergänzend: Kirchenführung, Informationen zum Kloster und eine mögliche Teilnahme an der Mittagshore.

Leitung: Sigrid Holzer, Ingolstadt

089 

Sa. 12. Mai
9.00 - 13.00 Uhr
Kosten: 37,- €

Wildkräuterwanderung mit Kochkurs – Brotaufstriche

Überall finden wir leckere Kräuter, Beeren und Früchte, die uns die Natur einfach 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. Bitte Sammelkorb und Küchenschürze mitbringen!

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing

JUNI

090

Fr. 01. Juni
18.00 Uhr -
So. 03. Juni
13.30 Uhr


Kursgebühr: 85,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung



Lebensqualität durch nachhaltige Balance

Permanente Veränderungsprozesse mit zunehmender Arbeits- und Leistungsverdichtung sowie flexible Arbeitsstrukturen und -zeitmodelle stellen den Einzelnen vor die Herausforderung, die Balance zwischen persönlichen Ressourcen und 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 Berufsskript kennen zu lernen.

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

091 

Sa. 02. Juni
9.00 - 13.30 Uhr


Kosten: 37,- €
inkl. M/Material/
Lebensmittel



Leckeres aus der Wildkräuterküche – Essig, Öl, Salz und Zucker mal ganz anders!

Wir stellen gemeinsam würzige Unkräutersalze, duftende Blütenzucker, raffinierte Kräuter-Frucht-Essige und feine Wildkräuteröle her. Nebenbei besprechen wir verschiedene Wildkräuter und wie sie richtig geerntet, konserviert und gelagert werden. Den Abschluss bildet ein gemeinsames Mittagessen. Bitte zwei leere Marmeladengläser (200 ml), Sammelkorb und Schere mitbringen.

Leitung:
Claudia Vögele, Berching-Staufersbuch


092 

Sa. 16. Juni
9.00 - 13.00 Uhr
Kosten: 37,- €

Wildkräuterwanderung mit Kochkurs – Wildkräuterpasta und Nudeln

Auf einer Wanderung rund ums Kloster sammeln wir Un- und Wildkräuter, die wir zu leckeren Köstlichkeiten verkochen werden: Nudeln mit Wildkräutercarbonara, Maultaschen mit Gierschfüllung, Brennessellasagne, Kräuternudeln mit Basilikum, Tomatenpasta u.v.m. Bitte Sammelkorb und Küchenschürze mitbringen!

Leitung: Eveline Pohl, Untermässing


093 

Fr. 22. Juni
18.00 Uhr -
So. 24. Juni
13.30 Uhr
Kursgebühr: 85,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Carpe diem – Kraftquellen fürs Leben

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

Leitung: Amata Bayerl, Ottobeuren

094 

Sa. 23. Juni
9.00 - 13.00 Uhr
Kosten: 37,- €

Wildkräuterwanderung mit Kochkurs – Sommerkräuter

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

Leitung:
Claudia Vögele, Berching-Staufersbuch

095

Mo. 25. Juni
14.00 Uhr -
Do. 28. Juni
13.30 Uhr
Kursgebühr: 145,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Nahrung für Leib und Seele

Meditationen, Bewegungs- und Körperwahrnehmungsübungen, gesunde Vollwerternährung in Theorie und Praxis, Wanderungen und Gespräche über den Sinn des Lebens sollen zu einem ganzheitlichen Wohlbefinden helfen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten
Angelika Fellner, Muhr am See

JULI

096 

Fr. 06. Juli
18.00 Uhr -
Fr. 13. Juli
13.30 Uhr
Gesamtkosten:
585,- € bis 655,- €
inkl. Übernachtung
und Verpflegung

Gesundheitswoche – Reinigung von Körper, Geist und Seele


Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 076

Leitung: Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger:
Tel. 08122 / 34 36

Weiterer Kurs: 9. Nov.

AUGUST


097 

Sa. 04. Aug.
9.00 - 15.00 Uhr
Kosten: 48,- €
inkl. M

7 Kräutlein für Segen und Schutz

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 kleinen Kräuterwanderung werden Artenkenntnisse aufgefrischt und vertieft, sowie individuell Blumen und Kräuter für den eigenen kleinen Buschen geschnitten und gesammelt. Höhepunkt bildet das angeleitete Binden eines Kräuterbuschens, der auch geweiht wird, nach dem gemeinsam eingenommenen Mittagessen. Bitte unbedingt festes Schuhwerk, Regenschirm, Schere und Korb mitnehmen.

Leitung: Hansjörg Hauser, Regensburg

098 

Fr. 17. Aug.

18.00 Uhr -

Fr. 24. Aug.

ca. 11.00 Uhr

Gesamtkosten:

422,50 €

inkl. Übernachtung
und Verpflegung

Fasten und Wandern mit Leib und Seele (Fasten für Gesunde nach Buchinger)

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 078

Leitung: Angelika Fellner, Muhr am See

Weiterer Kurs: 07. Dez.

bleme ein und Sie haben nach dem Seminar die Möglichkeit zur Selbsthilfe.

Leitung: Monika Müller-Richter, Vaterstetten

102

Mo. 15. Okt.

14.00 Uhr -

Do. 18. Okt.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 145,- €


zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Nahrung für Leib und Seele

Meditationen, Bewegungs- und Körperwahrnehmungsübungen, gesunde Vollwerternährung in Theorie und Praxis, Wanderungen und Gespräche über den Sinn des Lebens sollen zu einem ganzheitlichen Wohlbefinden helfen.

Leitung: Abt Dr. Beda Maria Sonnenberg OSB,
Plankstetten
Angelika Fellner, Muhr am See

SEPTEMBER

099 

Sa. 08. Sept.

9.00 - 16.00 Uhr

Kosten: 35,- €

inkl. M/K

Geschichte der Klostermedizin – aktuell wie eh und je

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 090

Leitung: Sigrid Holzer, Ingolstadt

103 

Fr. 19. Okt.

18.00 Uhr -

So. 21. Okt.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 85,- €


zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Glücklich und gesund

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

Leitung: Amata Bayerl, Ottobeuren

OKTOBER

100 

Sa. 06. Okt.

13.30 - 18.00 Uhr

Kosten: 25,- €

inkl. K

Brauchtum aus der Backstube zum Kirchweihfest

Wichtiges Brauchtum zum Kirchweihfest: das Küchle-Backen. Sie werden in die traditionelle Kunst der Schmalzbäckerei eingeführt. Dabei wird die Freude am Selberbacken geweckt.

Leitung: Julia Schaffer, Plankstetten

104 

Fr. 19. Okt.

18.00 Uhr -

So. 21. Okt.

13.30 Uhr


Kursgebühr: 120,- €

zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Lebens-Atem und Lebens-Sinn

Ein Wochenende zum Atemholen und Sinnfinden für Paare und Einzelpersonen. Atmen ist Lebens-Not-Wendig. 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 auf den Erfahrungsweg begeben und dabei alle Dimensionen des Mensch-Seins einbeziehen – Körper, Seele, Geist. Im Einüben eines achtsamen Umgangs mit uns und anderen erfahren wir, wie nahe wir auch dem großen DU, Gott, kommen können.

Leitung: Theresa Michel, Regensburg
Hubertus Grandy, Regensburg

101 

Fr. 12. Okt.

18.00 Uhr -

So. 14. Okt.

13.30 Uhr


Kursgebühr: 85,- €

zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Zur Kraft durch einen gesunden Schlaf

Schlafprobleme sind eine Plage: Nachts wälzt man sich in den Kissen, am Tag ist man müde, schlecht gelaunt und unkonzentriert. Erleben Sie ein entspannendes Wochenende in meditativer Atmosphäre eines Klosters mit gesundem Essen, frischer Luft und Natur. Die Erfahrungen mit den sanften und natürlichen Heilungsimpulsen sind vielfältig. Sie sind gut verträglich und nebenwirkungsfrei. Abschließend nehmen wir uns Zeit für uns, üben Entspannungstechniken, Akupressur und Fußreflexzonenmassage an uns selbst. Die Kursleiterin geht auf individuelle Pro-

NOVEMBER

105 


Sa. 03. Nov.
13.30 - 18.00 Uhr

Kosten: 25,- €
inkl. K

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

Der Werdegang des Brotes steht im Mittelpunkt dieses Backkurses.

Leitung: Julia Schaffer, Plankstetten

106 

Fr. 09. Nov.
18.00 Uhr -
Fr. 16. Nov.
13.30 Uhr

Gesamtkosten:
585,- € bis 655,- €
inkl. Übernachtung
und Verpflegung


Gesundheitswoche – Reinigung von Körper, Geist und Seele

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 076

Leitung: Heidi Seckinger, Erding

Anmeldung direkt bei Frau Seckinger:
Tel. 08122 / 34 36

DEZEMBER

107 


Fr. 07. Dez.
18.00 Uhr -
Do. 13. Dez.
11.00 Uhr

Kosten: 365,- €
inkl. Übernachtung
und Verpflegung

Fasten und Wandern mit Leib und Seele (Fasten für Gesunde nach Buchinger)

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 078

Leitung: Angelika Fellner, Muhr am See

108 

Sa. 08. Dez.
13.30 - 18.00 Uhr

Kosten: 25,- €
inkl. K

Backtag: Christstollen und Co.

In der Adventszeit werden Sie in die Kunst des Stollenbackens nach bewährten Klosterrezepten eingeführt.

Leitung: Julia Schaffer, Plankstetten

JANUAR

109 

Do. 05. Jan.
18.00 Uhr -
So. 08. Jan.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 95,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Plankstettener Kalligraphiewerkstatt – Fraktur I

Sie erhalten eine Einführung in die Klein- und so weit als möglich in die Großbuchstaben. Die erfolgreichste Schrift im deutschsprachigen Raum, geschrieben, gedruckt, gestochen und gezeichnet, ist nach wie vor die Fraktur. Auch wenn sie heute als Gebrauchsschrift weitgehend verschwunden ist, verbinden wir doch noch sehr viel mit dieser Schrift, die im Spannungsfeld der alten Reichsstädte Augsburg und Nürnberg in den beiden ersten Jahrzehnten des 16. Jhs. ihren Ursprung hat. Drehen wir die Zeit doch einmal 500 Jahre zurück: versus ad fontes (zurück zu den Quellen)

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München



FEBRUAR

110 

Fr. 03. Febr.
18.00 Uhr -
So. 05. Febr.
15.00 Uhr

Kursgebühr: 90,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Warme Farben statt kalte Füße – 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

MÄRZ

111 

Fr. 30. März
18.00 Uhr -
So. 01. Apr.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 75,- €

„KreativSein“ – den Augenblick mit allen Sinnen erleben und gestalten

Innehalten, um zu hören, zu sehen, zu fühlen. Wir nehmen uns Zeit, die Welt um uns herum mit all unseren Sinnen zu erfahren. Den Geruch eines Steines zeichnen, den Geschmack einer

Weiterer Kurs:
21. Sept.



Orange malen, Klängen Farbe geben... Das lässt uns und unsere Bilder mit anderen Augen sehen. Wahrnehmungsübungen und meditative Kreativreisen sind Grundlagen, künstlerische Techniken anzuwenden und auszuprobieren. Wir begeben uns gemeinsam auf eine zeichnerische und malerische Entdeckungsreise. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Leitung: Susanne Michel, München

112 

Fr. 30. März

15.30 Uhr -

Do. 05. Apr.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 180,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Weitere Kurse:
13. Aug. / 03. Sept.

Ikonenmalkurs: Christi Einzug in Jerusalem (Palmsonntag) alternativ: Jesus Christus Pantokrator

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

APRIL

113 

Fr. 20. Apr.

18.00 Uhr -

So. 22. Apr.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 80,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Stille und Licht: „Ich wünsche dir mehr Stille, denn dein Tag ist zu laut...“ (Elli Michler)

Wie geht das mit der Stille? Wo finden wir kraftgebende Momente der Stille? Können wir sie noch aushalten? Mit Gedichten, Zitaten, eigenen Erlebnissen und Atemübungen suchen wir zuerst den Weg zur „Stille“ jedes Einzelnen. Im 2. Teil bekommt jeder Gelegenheit, mit Farben kleine Bilder zu malen (keine Vorkenntnisse nötig), die für ihn „Stille“ symbolisieren. Ziel ist es, etwas mit nach Hause zu nehmen, das an die gemeinsam erlebte Stille erinnert und hilft, sie „wiederzufinden“, wenn wir sie im Alltag brauchen.

Leitung: Ulrike Bläser, München

114 

Fr. 27. Apr.

10.00 Uhr -

So. 29. Apr.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 75,-€
inkl. Übernachtung
und Verpflegung



Plankstettener Kalligraphiewerkstatt – Fraktur II

Sie erhalten eine Einführung in die Groß- und so weit als möglich in die Zierbuchstaben. Unverzichtbar für Schreiber/-innen der Fraktur ist die Beschäftigung mit den Zierformen, die sich seit dem Druck des Gebetbuchs für Kaiser Maximilian (Johann Schönsperger, Augsburg, 1512-1513) immer mit der Fraktur weiter entwickelten. Rahmenwerke, Initialen, Schwünge, Schleifen und Vignetten (Zierstücke) – ein nicht enden wollender Reigen (kalli-)graphischer Phantasien. Vor allem die Großbuchstaben Johann Neudörffer d. Ä. ab 1538 und seiner Schüler werden uns beschäftigen. Auch für Neueinsteiger geeignet!

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München

MAI

115 

Do. 17. Mai

14.00 Uhr -

So. 20. Mai

15.30 Uhr

Kursgebühr: 110,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Malerische Kreativ-Reise

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

AUGUST

116 

So. 05. Aug.

18.00 Uhr -

So. 12. Aug

13.30 Uhr

Plankstettener Kalligraphiewerkstatt – Christliche Kunst und Kalligraphie

Zu den wegweisendsten Gestalten der Christenheit gehört Franz von Assisi. Die Faszination, die von ihm ausging, ist bis heute lebendig. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit Aspekten

Kursgebühr: 225,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

der Schriftkunst und der Kunst des Christlichen Abendlandes. In der Ikonographie lernen wir ein wenig die Bildsprache kennen, die uns in die Welt der Biblischen Überlieferung oder der Heiligen führt. Herzliche Einladung auf den Weg des Franziskus: mit Geschichten, Liedern, – gemalt, gezeichnet, modelliert oder geschrieben.

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München

117 

Mo. 13. Aug.
15.30 Uhr -
So. 19. Aug.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 180,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Ikonenmalkurs – Erzengel Michael

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 112

Leitung: Elisabeth Rieder, Beilngries

Weiterer Kurs: 03. Sept.

SEPTEMBER

118 

So. 02. Sept.
17.00 Uhr -
So. 09. Sept.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 195,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Malkurs: Bibel kreativ zum Schöpfungsbericht „Und Gott sah, dass es gut war.“

An diesem Wochenende arbeiten wir mit biblischen Texten des Schöpfungsberichtes, der kreativ umgesetzt werden soll. (Aquarell, Tusche, Kreide). Wichtig hierfür sind einzig das Interesse, die heilige Schrift näher kennenzulernen und die Freude am Malen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Zur Maltechnik erhalten Sie eine Einführung.

Leitung: Ruth Lynen, Regensburg

119 

Mo. 03. Sept.
15.30 Uhr -
So. 09. Sept.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 180,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Ikonenmalkurs – Erzengel Michael

Kursbeschreibung: siehe Kurs Nr. 112

Leitung: Elisabeth Rieder, Beilngries



120 

Fr. 21. Sept.
18.00 Uhr -
So. 23. Sept.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 75,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

„KreativSein“ – erleben, 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, künstlerischen Kräften zu begegnen und sie mit einer Vielfalt malerischer und zeichnerischer Techniken ins Leben zu bringen. Zufallstechniken wie Dekalkomanie (Abdruck) oder Frottage (Abriebtechnik) inspirieren uns und schaffen neue Gestaltungsmöglichkeiten. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Leitung: Susanne Michel, München

OKTOBER

121 

Fr. 26. Okt.
18.00 Uhr -
So. 28. Okt.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 80,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Die Kraft der Farbe und die Leichtigkeit des Goldes

Die Fragen „Was gibt mir Kraft?“ und „Was macht mich leicht?“ wollen wir mit Hilfe von Collagen und Bildern, die wir selbst schaffen, beantworten. Für alle Menschen, die im Austausch mit Anderen über Kraft und Leichtigkeit nachdenken möchten, Freude am Umgang mit Farben haben, und die Leichtigkeit und die Verarbeitungsmöglichkeiten von Blattgold kennen lernen möchten. Keine Vorkenntnisse nötig.

Leitung: Ulrike Bläser, München

NOVEMBER

122 

Do. 01. Nov.
18.00 Uhr -
So. 04. Nov.
13.30 Uhr

Kursgebühr: 95,-€
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Christliche Kunst und Kalligraphie: Buchmalerei

Keraldus und Heribertus, Mönche der benediktinischen Klosterinsel Reichenau, gehören zu den wenigen Buchkünstlern des Mittelalters, die namentlich bekannt sind. Ihre Werkstatt war im 10. und 11. Jh. eines der wichtigsten Zentren der Wand- und Buchmalerei des Abendlandes.

REFERENT/-INNEN

Aigner, Sr. Conrada – Plankstetten: Geb. 1953 in Bad Griesbach, seit 1977 Schwester vom Heiligen Kreuz (franziskanische Gemeinschaft); Bankkauffrau, Erzieherin, Gemeindefereferentin; 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/München, Dipl.-Theologin, Ref. für Frauenseelsorge in der Diözese Eichstätt.

Bayerl, U. Amata – Ottobeuren: Geb. 1964 in Mussenhausen, Ausbildung zur Erzieherin, 18 Jahre Ordensleben, Kindergartenleiterin, Ref. für Erwachsenenbildung, Rhetorik-/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, anschl. Studium der Kunstgeschichte, Referentin, tätig bei verschiedenen Bildungshäusern mit Vergolderkursen, ab 1998 schwerpunktmäßig Vergolderin, Kunsthistorikerin und Restauratorin.

Braunsteiner, Dr. Gloria – Pressburg: Geb. in Pressburg, Kirchenmusikstudium mit Hauptfach Gesang und 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 Kommunalpolitik, Gemeindeverwaltung, 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 versch. deutschen / afrikanischen Trommellehrern, gründete eine eigene Trommelgruppe für Kinder und Erwachsene, hält regelmäßig Trommelworkshops mit geistl. Elementen.

Ebeling, Renate – Kiel: Geb. 1952 in Kiel, Studium der ev. Theologie, seit 1987 evang. Pastorin, Zusatzausbildung Pastoralpsychologie, Mitglied der DGfP e.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 – Muhr am See: 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.

Haluszczyński, Igor, Dr. med. – München: Geb. 1953; Facharzt f. Psychotherapeutische Medizin/Psychoanalyse; Lehranalytiker; Aikido-Meister; Bereichsleiter „Betriebliche Gesundheitsförderung“ am Institut für nachhaltige Organisationskultur

Hauser, Hansjörg, Dipl.-Ing. agr. – Regensburg: Geb. 1964 in Günzburg/Donau, Studium der Landwirtschaft in Weihenstephan, ehem. Agrarref. der Landvolkshochsch. Niederaltaich, Ausbildung zum Kräuterpädagogen. Mitglied der Plankstettener Un- und Wildkräuterschule (www.kraeuterpaedagogen-plankstetten.de). Seit 2006 selbständig in den Bereichen Seminarleitung, Konzeptentwicklung, Führungs- u. Exkursionsdidaktik.

Geeignet für Maler, Kalligraphen, aber auch für Interessierte, die noch ganz am Anfang stehen. Die Vielfalt dessen, was in der mittelalterlichen Buchmalerei zu finden ist, ermöglicht es mit wenig Aufwand, große Wirkung zu erzielen.

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München

123 

Fr. 09. Nov.

18.00 Uhr -

So. 11. Nov.

15.00 Uhr

Kursgebühr: 90,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

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

124 

Fr. 23. Nov.

10.00 Uhr -

So. 25. Nov.

13.30 Uhr

Kursgebühr: 75,- €
zzgl. Übernachtung
und Verpflegung

Plankstettener Krippenwerkstatt – Papierkrippen und Hintergrund- malerei für Krippen

Papierkrippen sind im Spektrum der Krippenkunst eine Besonderheit, die sich im 18. Jh. entwickelte. Sie galten als besonders liebevoll gestaltete Kasten- oder Bild-Rahmen-Krippen. Während sie sich im frühen 20. Jh. in industriefertige Massenware verwandelten, entdecken wir heute ihren ursprünglichen Zauber in der individuell gezeichneten und gemalten Figürlichkeit. Ein Wochenende wird nicht zur Vollendung führen können, aber wir wollen entscheidende Schritte aufzeigen, die dahinführen!

Leitung: Andreas Armin d'Orfey, München

Helfrich, Matthias - Rupertsbuch: Geb. 1959, Lehrer im Gesundheitswesen, Supervisor (DGSD), akkred. TQM Auditor, Ausbildung in Geistlicher Begleitung und Exerzitienbegleitung (GCL/ Jesuiten), trainiert aktiv seit 1999 AIKIDO, 1. Dan Aikikai (www.magis-leben-spueren.de)

Högl, Stefan, Dr. - Niederaichbach: Philosoph und Ethiklehrer, Dissertation über „Transzendenzverfahren – Nahtoderlebnisse im Spiegel von Wissenschaft und Religion“

Holzer, Sigrid - Ingolstadt: Geb. 1951, Gesundheitspädagogin u. Ernährungsberaterin, Ausbildung zur Yogalehrerin, Kursleiterin: Progressive Muskelentspannung, Beckenbodentraining, Heilpflanzenkunde, Tätigkeiten bei Krankenkassen, VHS, Erwachsenenbildungswerken und kirchl. Bildungsrichtungen

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

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, Therpay®-Therapeutin, Transaktionsanalyse in der Logopädie, 1989-1992 Ausbildung zur Logopädin an der Staatl. Berufsfachschule für Logopädie der Universität Tübingen. Freiberufliche Tätigkeit bei diversen Radio- und Fernsehsendern als Stimm- und Sprechtrainerin für Vortrags-, Moderations- und Interviewtechnik sowie Workshops und Sprech-, Stimm- und Rhetorik-Seminare.

Lynen, Ruth – Regensburg: Geb. 1945 in Taubach/Thüringen, 1975 Studienabschluss Staatl. Kunstakademie Düsseldorf, Abschluss Meisterschülerin von Prof. Beuys, 1982–84 freie internationale Hochschule für Kreativität und interdisziplinäre Forschung e.V., Düsseldorf, 1991-94 Grundausbildung im sozialtherapeutischen Rollenspiel für pastorale Berufe und Gemeindediakonie, 1996 Einübung in die Geistliche Begleitung, München: seit 1975 freischaffende Künstlerin/Bildungsreferentin.

Michel, Rainer – München: Geb. 1963 in Baumholder/Hunsrück, Studium Kommunikations- und Grafikdesign mit zeichnerischer, malerischer, kalligraphischer Ausbildung, Dipl.-Designer, Fortbildungen in Wahrnehmungs- und Kommunikationstraining, Bewusstseinsbildung, Human Management. Kreativtrainer und Kunstlehrer, Künstler und Kommunikationsdesigner.

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

Michel, Theresa – Regensburg: Geb. 1951, Atem-, Familien- u. Paartherapeutin, Heilpraktikerin; seit vielen J. in Begleitung von Abt Emmanuel Jungclaussen.

Müller-Richter, Monika – Vaterstetten: Geb. 1963 in München, nach dem Abitur Ausbildung zur Bürokauffrau, Grafikdesign-Studium, Heilpraktikerstudium 2000 in München, Fortbildungen in klass. Homöopathie, Phytotherapie, Ohr-Akupunktur, Fußreflexzonentherapie, Trainerschein 2012/20 in Nordic-Walking, eigene Praxis, Seminarleiterin an der Münchner VHS und Umgebung

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.

Paulsteiner, Claudia – Pfronten/Allgäu: Geb. 1972 in Mussenhausen, Ausbildung zur Hauswirt. Betriebsleiterin, Ernährungs- u. Gesundheitsberaterin IHK, Vitalstofftrainerin VC, Vitalitätstrainerin i.A., Rhetorik- u. Kommunikationstrainerin, Allgäuer Wildkräuterführerin i.A. Selbständig im Bereich Gesundheit, Ernährung u. Vitalität.

Pohl, Eveline – Untermässing: Geb. 1964 in Weichenfeld, Fachlehrerin für Hauswirtschaft, Textilarbeit u. Gestalten, Dozentin in der Erwachsenenbildung einer Fachschule, VHS-Kursleiterin, zertifizierte Kräuterpädagogin. Mitglied der Plankstettener Un- und Wildkräuterschule (www.kraeuterpaedagogen-plankstetten.de).

Reinhard Elisabeth – Neunkirchen am Brand: Geb. 1954 in Laubach/Oberhessen, ev. Pfarrerin, langjährige Seelsorge- u. Vortragstätigkeit in der SMD (Studentenmission in Deutschland), seit 2009 zertifizierte Enneagramm-Trainerin (ÖAE).

Rieder, Elisabeth – Beilngries: Geb. 1961 in Kipfenberg, freiberufl. Ikonmalerin, Kurstätigkeit in versch. Bildungshäusern, Mitarbeit bei der Ausmalung der Unterkirche der Benediktinerabtei Plankstetten und im Collegium Orientale in Eichstätt.

Rott, Alfred – Freising: Geb. 1940, Dipl. Theologe, Erwachsenenbildner

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, Acidose-Therapeutin nach Dr. Collier, vielfache Kursleiterin.

Sedlmeier, Franz, Prof. Dr. – 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 www.kthf.uni-augsburg.de/prof_do/zsedlmeier/

Schaffer, Julia – Plankstetten: Geb. 1980, Oblatin der Benediktinerabtei Plankstetten, stellvertretende Betriebsleiterin der Klosterbäckerei, BäckergeSELLIN und cand. med., Schwerpunkte: Verarbeitung von ökologischen Rohstoffen, Produktentwicklung, im Besonderen: Herstellung von Vollkornbackwaren im Bereich Kuchen, Torten, Feingebäck, Dauergebäck, Kekse, Brot und Semmel, Vollwerternährung auch unter humanmedizinischen Aspekten.

Schrödl, Elisabeth – Altötting: Geb. 1956 in Neumarkt/Opf., seit 1979 Schwester vom Heiligen Kreuz (franz. Gemeinschaft) Erzieherin und 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

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 Chorleiter und Stimmbildner bei den Luzerner Sängerknaben. Gefragter Referent im Bereich Improvisation, Dirigieren und Neues Geistliches Lied.

Wichert, P. Pius OSB – Plankstetten: Geb. 1956, Eintritt in Plankstetten 1983, 1984-92 tätig in der Verwaltung, 1994-2003 Pfarrer, ab Dez. 2002 Seelsorger im Klinikum Ingolstadt und Aufgaben im Kloster.

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), Mittagsmenü (M), Kaffee mit Kuchen / Gebäck (K), Abendbuffet (A)

Für Kinder und Jugendliche gelten ermäßigte Tagessätze. Schülern, Auszubildenden, Studenten, Arbeitslosen 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. Kursteilnehmer/-innen, die nicht im Haus übernachten, werden die Mahlzeiten berechnet.

Bei Absage weniger als 14 Tage zuvor berechnen wir eine Stornogeühr 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 Uhr 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	19.30 Uhr

Sommerhalbjahr: alle Gebetszeiten in der Kirche

Winterhalbjahr: alle Gebetszeiten in der St. Gregor Kapelle

Essenszeiten im Gästehaus St. Gregor

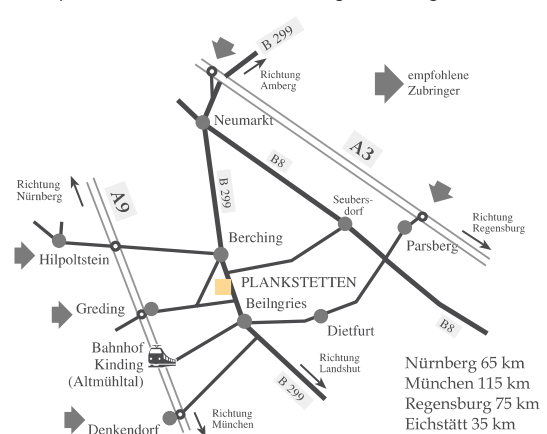
	Werktage	Sonn- / Feiertage
Frühstück ab	8.00 Uhr	ab 8.00 Uhr
Mittagessen	12.25 Uhr	12.10 Uhr
Kaffee	gleitend nach dem Mittagessen	
Abendessen	18.10 Uhr	18.10 Uhr

Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

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

Anreise mit dem PKW

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



– KLASSIK IM KLOSTER –

Sonntag, 12. Februar | 19.30 Uhr

KONZERT IM CRAMER KLETT-SAAL

Gabriele Seidel – Klavier
Michael Schneidt – Klavier

**Werke für Klavier zu 4 Händen
von Mozart, Mendelssohn und Schubert**

Palmsonntag, 1. April | 19.30 Uhr
zum Beginn der Karwoche im Festsaal

„PERLEN DES BAROCK“

SatoriEnsemble
(Mitglieder des Bayerischen Staatsorchesters)

Dorothee Keller – Violine
Stefan Schütz – Violoncello
Oliver Frank – Cembalo

Kartenvorverkauf:

Klosterhofladen und Buchhandlung
der Abtei Plankstetten, Tel. 08462 / 206-150

Eintritt: 9,- € / erm. 7,- €

Weitere Termine finden Sie im Internet:
www.kloster-plankstetten.de

(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

Datum

Unterschrift



Haus St. Gregor
Klosterplatz 1
92334 Berching

KLOSTERBETRIEBE PLANKSTETTEN

„Von unseren Feldern frisch auf Ihren Tisch“

Gesunder Genuss in bester BioQualität

- Brote & Backwerk, würzig und knusprig aus Frater Bonifatius' Kloster-Backstube
- Gemüse & Salate, saisonal und feldfrisch vom Klostergarten
- Fleisch & Wurstspezialitäten, zart und naturgereift vom Kloster-Metzgermeister



Klosterschenke mit Biergarten

Wohlschmeckende Speisen aus der Klosterküche in bester Bio-Qualität mit Zutaten aus eigener ökologischer Herstellung.

Geöffnet: Sommer: 1. Apr. - 31. Okt., Mo - So 11.00 - 19.00

Winter: 1. Nov. - 31. März, Di - So 11.00 - 18.00

Tel. 08462 / 206-170, schenke@kloster-plankstetten.de

Klosterhofladen

Vollsortiment biologischer Lebensmittel aus den klostereigenen Betrieben und von Biobauern der Region.

Geöffnet: Mo - Fr 9.00 - 18.00, Sa 8.00 - 17.00

Tel. 08462 / 206-141, hofladen@kloster-plankstetten.de

>> online einkaufen: www.einkaufen-im-kloster.de

Klosterbuchhandlung

Großes Angebot an Bildern, Figuren, Kerzen, Karten, CDs und eine reiche Auswahl an religiösen Büchern für alle Altersgruppen, Fachliteratur für Religionsunterricht und Gemeindegarbeit.

Geöffnet: Mo, So, Feiertag 13.30 - 17.00, Di - Sa 10.00 - 17.00

Tel. 08462 / 206-150, buchhandlung@kloster-plankstetten.de

Missionsbasar

Kunsthandwerk der Kontinente. Mit dem Reinerlös wird zur Zeit die Aufbauarbeit der jungen Diözese Jasikan in Ghana unterstützt. Einkauf auf Kommission ist für Pfarreien und Verbände möglich.

Geöffnet: Mo - Sa 11.00 - 17.00, So, Feiertag 13.00 - 17.00

Tel. 08462 / 206-161, missionsbasar@kloster-plankstetten.de

Wochenmärkte

Di: Regensburg (Klinikum), Do: Roth (Augustinum)

Mi + Fr: Nürnberg (Hauptmarkt)

Tel. 08462 / 206-203, Handy 0175 / 572 13 86

AUS DEM PLANKSTETTENER KALENDER

Mittwoch, 21. März 2012

■ Heimgang des hl. Benedikt

19.00 Uhr Pontifikalamt in der Klosterkirche

Sonntag, 29. April - Dienstag, 1. Mai 2012

■ Maibock-Anstich

Fest-Biergarten mit Klosterschmankerl,
Blasmusik, Kinderprogramm

Mittwoch, 11. Juli 2012

■ Fest des hl. Benedikt, Patron Europas

19.00 Uhr Pontifikalamt in der Klosterkirche

Sonntag, 22. Juli 2012

■ Christophorus-Fest

10.15 Uhr Pontifikalamt in der Klosterkirche
und anschließende Fahrzeugsegnung

Samstag, 15. September 2012, Klosterkirche

■ Wallfahrt zur Schmerzhaften Mutter

17.00 Uhr Vesper, anschl. Rosenkranz, Andacht,
Beichtgelegenheit
19.00 Uhr Pontifikalamt und Lichterprozession.

Samstag, 29. und Sonntag, 30. September 2012

■ Erntedank-Markt

Kunsth Handwerk und Brauchtum: Vorführungen traditioneller
Handwerke, Klosterschmankerl, historische Traktoren, Führun-
gen, Kinderprogramm, gesungene Vesper mit den Mönchen

Samstag, 08. Dez. bis Sonntag, 09. Dez. 2012

■ Adventsmarkt im Klosterinnenhof

„Wie in der guten alten Zeit“ mit Vorführungen traditioneller
Handwerke und kulinarischen Leckereien, verschiedenen
Musikdarbietungen und Kinderprogramm im stimmungsvoll
gestalteten Innenhof des Klosters Plankstetten.

Alles Weitere entnehmen Sie bitte der Presse oder

www.kloster-plankstetten.de

