

# GANZHEITLICH in die FASTENZEIT

## Fastenwoche 2022 im Benediktinerstift St. Paul

Die GANZHEITLICHE FASTENWOCHE in unserem Kloster wird begleitet von sanften Übungen aus dem Yoga, Körperwahrnehmung, Stilleübungen, Impulsen und gemeinsamer (Klang-)Meditation.

Sie erhalten Anregungen und Informationen für eine bewusste Ernährung und einer individuellen Abstimmung für Ihr PERSÖNLICHES Fasten.

benediktinisch ~ mit Maß



Sonntag 6. März – Sonntag 13. März 2022

Sonntag	16:00 Uhr	Beginn
Montag-Freitag	19:00 Uhr	Impuls – Körperwahrnehmung – Stille – Meditation
Samstag	14:00 Uhr	auf dem Weg sein
Sonntag	10:00 Uhr	Gottesdienst – Abschluss

*In dieser Woche Individuell ein Einzel-Begleitungs-Gespräch*

Kursleitung:

P. Nikolaus Reiter OSB

Informationen und Anmeldung:

04357 / 2019-54

Maximal 15 Teilnehmerinnen / Teilnehmer

Kursbeitrag: € 70.-