

Absender:

### Termin

Montag, **29.04.2024**, 14.30 Uhr bis  
Freitag, **03.05.2023**, 10.00 Uhr

### Ort

Haus Klara  
Kloster Oberzell 2  
97299 Zell am Main

### Kosten

**525.- Euro**

Im Preis enthalten sind Kurskosten, Verpflegung  
und Übernachtung im EZ.

Für Teilnehmerinnen aus der Diözese Würzburg  
kann nach Kursende ein Zuschuss beantragt  
werden.



Gott selbst, die Lebendige,  
lädt Dich in die Stille ein.

~ ~ ~

Gott, du wartest  
auf mich.  
So wie ich bin,  
darf ich  
vor dir sein.

bitte  
freimachen

**Haus Klara**  
Kloster Oberzell 2  
97299 Zell a.M.

# Gönn' Dir Zeit zum Aufatmen

## Exerzitien für Frauen



**Gott-Suche im Frühling**

**29. April - 03. Mai 2023**

**im Haus Klara,  
Kloster Oberzell**



## Gönn' Dir Zeit zum Aufatmen

### für Frauen

#### Einzelexerzitionen im Kloster Oberzell

Diese Tage bieten sich für alle Frauen an, die Exerzitionen, also geistliche Übungen, kennenlernen möchten oder auch schon kennen und für sich eine Auszeit suchen.

Gefühle und Gedanken können sich in diesen Tagen ordnen, Energie und Kraft für den Alltag können wir neu schöpfen. Das Wort Gottes begleitet und inspiriert uns.

#### Elemente dieser Tage sind:

- ✓ „moving meditation“ am Morgen
- ✓ Zeit für Gebet, Schriftbetrachtung und Meditation - persönlich und gemeinsam
- ✓ die Klostergärten genießen
- ✓ tägliches Begleitgespräch (Di - Do)
- ✓ durchgängiges Schweigen
- ✓ Möglichkeit zum Körpergebet (Handauflegen/Reiki)
- ✓ Tagesrückblick „Gebet der Liebenden Aufmerksamkeit“ am Abend



TN: 5 Frauen

#### Anmeldung und weitere Infos bei:

Bitte bis zum 29.03.2024 nur mit nebenstehendem Formular an [sr.beatrix@oberzell.de](mailto:sr.beatrix@oberzell.de)

Sr. Beatrix Barth, Kloster Oberzell 2,  
97299 Zell am Main  
Tel: 0931-4601-252  
Fax: 0931-4601-250  
home: [www.oberzell.de](http://www.oberzell.de)  
[www.hausklara.de](http://www.hausklara.de)

#### Zeit, Stille, Ausgeglichenheit - für mich und meinen Gott

Die „moving meditation“ sind Atemübungen und einfache, ruhige Bewegungen, die aus dem T'aiChiChih stammen. Bei gutem Wetter finden Sie draußen am Brunnen statt.

### Begleitung



**Sr. Beatrix Barth**  
Oberzeller Franziskanerin  
seit 2000, Hausleiterin,  
Gestaltpädagogin IGB,  
Exerzitionenbegleiterin



## Anmeldeformular für die Exerzitionen für Frauen 2024

Für das Angebot „Einzelexerzitionen für Frauen“ vom 29.04. - 03.05.2024 im Haus Klara melde ich mich verbindlich an.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Wohnort

Telefon

E-Mail

Geburtsdatum

Möchten Sie vegetarisch oder vegan essen?

Bitte geben Sie evtl. Lebensmittelunverträglichkeiten an.

Datum und Unterschrift

