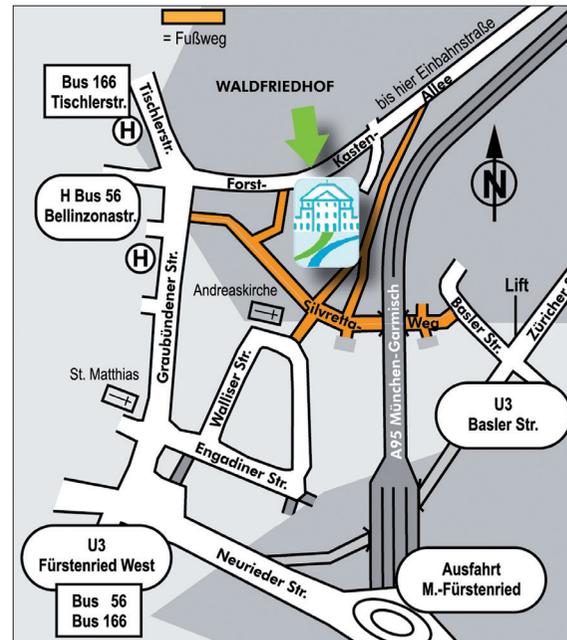


So kommen Sie zu uns:

Vom Hauptbahnhof
Alle S-Bahnen Richtung Ostbahnhof, Umsteigen am Marienplatz in die U3 bis Endstation Fürstenried West, danach zu Fuß (ca. 10 Minuten), oder mit dem Bus Nr. 56 bis Bellinzonastraße, oder Bus Nr. 166 bis Tischlerstraße.

Vom Bahnhof Pasing
Mit dem Bus Nr. 56 Richtung Fürstenried West, Ausstieg „Bellinzonastraße“.

Mit dem Auto
Richtung BAB 95 Garmisch, zweite Ausfahrt Fürstenried West, Zufahrt über Neurieder Straße, Graubündener Straße, rechts in die Forst-Kasten-Allee bis zum Exerzitienhaus. Parkplätze im begrenzten Umfang vorhanden.



Du musst das Leben nicht verstehen,
dann wird es werden wie ein Fest
und lass Dir jeden Tag geschehen,
so wie ein Kind im Weitergehen
von jedem Wehen
sich viele Blumen schenken lässt.

Sie aufzuheben und zu sparen
Das käm' dem Kind nicht in den Sinn.
Es löst sie leis aus seinen Haaren,
drin sie so gern gefangen waren
und hält den lieben, jungen Jahren
nach neuen seine Hände hin.

Rainer Maria Rilke



**Aufatmen und meiner
Seele Raum geben**

Exerzientage

Mittwoch 23.07. - Freitag 25.07.2025

Leitung: Astrid Herrmann
und Christine Zeis MC

Aufatmen und meiner Seele Raum geben

Ein paar Schritte raus aus dem Alltag, durchatmen und der Sehnsucht nach Leben und dem lebendigen Gott wieder neu auf die Spur kommen.

Mit kreativen Elementen, biblischen Impulsen, Zeiten der Stille und der persönlichen Besinnung, mit Körperarbeit und im Austausch in der Gruppe können wir erfahren und einüben, was die Seele nährt, und das Leben stärkt.

Es besteht die Möglichkeit zu einem Begleitgespräch.

Elemente des Tages

- Kreative Elemente
- Biblische Impulse
- Zeiten des Schweigens
- Zeiten des Austauschs
- Körperübungen
- Miteinander beten und feiern
- Angebot zum Einzelgespräch

Seien Sie herzlich willkommen!



Unser **Gesamtprogramm** finden Sie im aktuellen Heft und auf unserer Website: www.schloss-fuerstenried.de

Organisatorisches

Termin und Zeit

Mittwoch, 23. Juli 2025, 10:00 Uhr bis
Freitag, 25. Juli 2025, 17:00 Uhr

Leitung



Astrid Herrmann,
Religionspädagogin, Coach und
Trainerin, Ausbildung Gestalt
und Gesang, Fachreferentin im
Exerzitienhaus Schloss Fürstenried

Sr. Christine Zeis MC,
Religionspädagogin,
Gestalttherapeutin, Exerzitien-
und Geistliche Begleiterin, Weilheim



Kostenbeitrag

€ 240,00 für Unterkunft, Verpflegung und Kursgebühr

Ihre Anmeldung erbitten wir schriftlich oder über die Homepage bis zwei Wochen vor dem Kurs. Ihre Anmeldung wird von uns bestätigt. Bitte beachten Sie unsere AGB, die Sie auf der Homepage einsehen oder anfordern können.

Auskunft/Anmeldung

Exerzitienhaus Schloss Fürstenried
Forst-Kasten-Allee 103
81475 München
Tel. 089/7450829-34
exerzitien@schloss-fuerstenried.de
www.schloss-fuerstenried.de

Titelfoto: georg-bommeli-Ef_DkNwnWcc-unsplash
Referent_in: privat

Anmeldung

zu „**Aufatmen und meiner Seele Raum geben**
- **Exerzientage**“

von Mi 23.07.2025 - Fr 27.07.2025
im Exerzitienhaus Schloss Fürstenried

Name _____

Straße _____

PLZ, Ort _____

Tel. _____

E-Mail _____

Geburtsdatum _____

Bes. Kostform _____

ermäßigungs berechtigt (siehe AGB)

Ich möchte den Newsletter des
Exerzitienhauses erhalten
(ca. 3-mal im Jahr)

Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass die Kursleitenden Ihre Kontaktdaten ausschließlich zu Zwecken der Veranstaltung erhalten.

Datum _____

Unterschrift _____