

Frau  
Ingeborg Schöniger  
Schmiedegasse 3  
52156 Monschau



Bendiktinerinnen-Abtei Steinfeld

**Ort:** Benediktinerinnen-Abtei, Hermann-  
Josef-Str. 6, 53925 Kall-Steinfeld  
[www.benediktinerinnen-steinfeld.de](http://www.benediktinerinnen-steinfeld.de)

**Zeit:** Von Montag, den 23.04.2018  
Anreise bis 11.00 (Hausführung 11.20 Uhr)  
bis Mittwoch, 25.04.2018, 13.00 Uhr.

**Pensionskosten:**  
Einzelzimmer mit Dusche/WC  
& vegetarische Kost: 124,- €

**Kursgebühr:** 136,- €

**Anmeldeschluss:** 08. März 2018 (Post- oder  
Faxeingang). Bei Anmeldung bis zum  
01.02.2018 gibt es bei der Kursgebühr 10 %  
Ermäßigung (123,- €). Diese bezahlen Sie  
bitte mit der Anmeldung auf das **Konto** von  
Ingeborg Schöniger:  
IBAN: DE47 500 1051 7552 9309 167  
BIC: INGDDEFFXXX

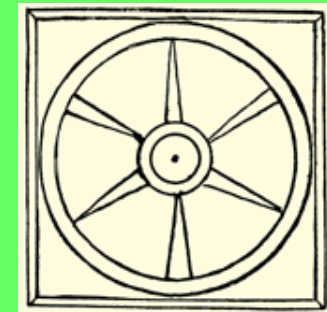
**Abmeldung:**  
Bei Nichtteilnahme im Verhinderungsfall bitten wir um  
rechtzeitige schriftliche Abmeldung. Entsprechend den  
Geschäftsbedingungen der Benediktinerinnen-Abtei wird  
bei Abmeldung im Zeitraum von 1-6 Wochen 50% und  
bei Absagen innerhalb der letzten Woche vor Beginn des  
Seminars oder Nichtteilnahme ohne Abmeldung eine  
Ausfallgebühr von 75% der Pensionskosten erhoben.  
Dies gilt auch für die Kursgebühr.

**Ingeborg Schöniger**  
Telefon und Fax: 02472 / 80 250 85  
Email: [ingeborg.schoeniger@gmx.de](mailto:ingeborg.schoeniger@gmx.de)

**Angelika Vorländer**  
Telefon: 0241 / 5661701  
Email: [a\\_vorlaender@t-online.de](mailto:a_vorlaender@t-online.de)

„LEBE!“

# *Meditation* und *Tanz*



**Benediktinerinnen-  
Abtei  
Steinfeld/Eifel**

**23. – 25. April 2018**

*Auch so spricht die göttliche  
Weisheit  
zum Menschen, zu dir, zu mir:*

*Bedenke, ob du nun isst oder  
trinkst,  
sitzt oder dienst,  
unterwegs bis oder irgendetwas  
tust,  
singe oder lobpreise  
ohne Unterbrechung  
MEINEN göttlichen Namen  
in deinem Herzen,  
sodass dein Herz die göttliche  
Weisheit austrinke  
und die göttliche Weisheit dein  
Herz.  
So werden zwei in einem.  
Koste und staune,  
du, MEIN Ebenbild.*

*(Franz-Xaver Jans Scheidegger)*

Dies wollen wir einüben in der  
aufbrechenden Natur  
und uns neu ausrichten  
auf unserem Lebensweg.

**Unser Tagesablauf** wird geprägt durch  
Hüten der Stille im gemeinsamen  
Schweigen. Wir üben uns im  
Meditieren, Tanzen, achtsamen Gehen  
in der Natur, Malen als Ausdruck des  
Erlebten.

**Anreise:**

**Mit dem Auto:** Autobahn A1 bis zur Abfahrt  
Nettersheim, Richtung Kall. Ab dem  
Kreisverkehr bitte den Hinweisschildern  
"Kloster Steinfeld" folgen. **Mit der Bahn:**  
Regionalbahn Köln-Gerolstein-Trier bis Kall  
oder Urft. Von Urft noch 1,5 km, von Kall  
7 km bis Steinfeld. „Taxi-Bus“ bis Steinfeld  
(nur mit telef. Vorbestellung 01806/151515)

**Seminarleiterinnen:**



**Ingeborg Schöniger**  
Meditationslehrerin-  
VIA CORDIS®,  
klinische Seelsorgerin,  
Pädagogin  
[www.ingeborg-schoeniger.de](http://www.ingeborg-schoeniger.de)

**Angelika Vorländer**



Tanzpädagogin für Meditation des Tanzes  
und Kreistänze der Völker

**Ich melde mich verbindlich an:**  
(Seminar Benediktinerinnen-Abtei Steinfeld  
vom 23. bis 25. April 2018)

Vorname:.....

Name:.....

Straße:.....

PLZ/Ort:.....

Telefon/Fax:.....

E-Mail:.....

Was ich noch sagen möchte:

.....  
.....  
.....  
.....  
.....