

Volkshochschule Lippe-West

info@vhs-lw.de

www.vhs-lw.de

Anschrift:

**Benediktinerinnen-Abtei
vom Heiligen Kreuz Herstelle
Carolus-Magnus-Str. 9
37688 Beverungen**

Anreise

Herstelle ist ein kleines Dorf im östlichen Westfalen und liegt im sogenannten Dreiländereck Nordrhein – Westfalen – Hessen – Niedersachsen. Mit dem Auto erreichen Sie das Kloster Herstelle über die B80 und die B83.

Bahnstation ist Lauenförde-Beverungen oder Bad Karlshafen. (Bahnstrecke Göttingen – Paderborn)



Hauptgeschäftsstelle Lage

Lange Straße 124

Britta König, Monika Kampa

☎ 05232 9550-0

✉ 05232 9550-55

@-Mail: koenig@vhs-lw.de

@-Mail: kampa@vhs-lw.de

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag 09:00 – 12:00 Uhr

Montag – Dienstag 14:00 – 16:00 Uhr

Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr

In den Schulferien 10:00 – 12:00 Uhr

Geschäftsstelle Augustdorf

Bürgerzentrum, Pivitsheider Straße 16

Irina Enns

☎ 05237 898400

✉ 05237 898401

@-Mail: enns@vhs-lw.de

Öffnungszeiten:*

Montag 09:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr

*in den Schulferien geschlossen

Geschäftsstelle Leopoldshöhe

Schulstr. 25 b

Svenja Grosch

☎ 05208 991394

@-Mail: grosch@vhs-lw.de

Öffnungszeiten:*

Montag + Dienstag 09:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr

*in den Schulferien geschlossen

Geschäftsstelle Oerlinghausen

Bürgerhaus, Tönsbergstraße 3

Heidi John

☎ 05202 5434

✉ 05202 928630

@-Mail: john@vhs-lw.de

Öffnungszeiten:*

Montag + Dienstag 09:00 – 12:00 Uhr

Donnerstag 15:00 – 17:00 Uhr

*in den Schulferien geschlossen



Foto: © fizkes, Fotolia.com

Ein Wochenende im Kloster Herstelle in Beverungen

22. – 24. März 2024

Ein Wochenende im Kloster Herstelle

Meditation & Yoga in klösterlicher Stille

Wir freuen uns, dass Sie sich für das Klosterwochenende im Kloster Herstelle entschieden haben und möchten Ihnen noch einige Informationen mitteilen. Gastfreundschaft ist ein besonderes Kennzeichen des benediktinischen Glaubens. Gegenseitige Rücksichtnahme wird vorausgesetzt.

- Unterbringung erfolgt in Einzelzimmern bzw. wenn bei Anmeldung erbeten in Doppelzimmern
- Bettwäsche und Handtücher werden Ihnen gerne unentgeltlich zur Verfügung gestellt.
- Kalt- und Warmgetränke außerhalb der Mahlzeiten können vor Ort erworben werden.
- Yogamatten und Decken sind in kleiner Anzahl vorhanden. Es wird jedoch empfohlen eigene Matten, Decken und Kissen mitzubringen.
- Auf Lebensmittelunverträglichkeiten und Wünsche nimmt die Klosterküche gerne Rücksicht, geben Sie dieses bitte mind. eine Woche vor Beginn bei der VHS bekannt.
- Die Anreise erfolgt mit eigenen Pkws.

Stornierungsbedingungen:

Bitte haben Sie Verständnis für das Folgende:

- Absage der gesamten Gruppe: ab 3 Monate vor Kursbeginn: 25,- € pro Tag/Person
- Absage einzelner TN ab 4 Wochen vor Kursbeginn 30,- €
- Absage 14 Tage vor Kursbeginn: 70 % der ÜVP-Kosten
- Absage ab 7 Tage vor Kursbeginn: 80 % der ÜVP-Kosten, bei Nichterscheinen: 100 % der ÜVP-Kosten
- Eine kostenlose Abmeldung ist bis zum **20.02.2024** möglich. Danach fallen Stornogebühren an.

Der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen!

Ein Wochenende im Kloster Herstelle

Selbsteilungskräfte & Achtsamkeit

Dem vorläufigen Ablaufplan auf der gegenüberliegenden Seite entnehmen Sie weitere Informationen.

Für weitere Fragen stehen Ihnen gerne zur Verfügung:
Irina Enns ☎ 05237 898400
Mo 9.00 -12.00 Uhr u. Donnerstag 15.00 -17.00 Uhr
Claudia Tunsch ☎ 05232 9550-21



Foto: © Kloster Herstelle, Beverungen



Wir wünschen Ihnen
einen entspannenden
Aufenthalt!

Ein Wochenende im Kloster Herstelle

Klangschalen & innere Einkehr

Freitag:

- Ankunft ab 16.00 Uhr möglich
- 18.30 Uhr Abendessen
- 19.15 Uhr Begrüßung durch eine Ordensschwester
- 20.00 Uhr Yoga und Meditation

Samstag:

- 7.30 Uhr Yoga zum Aufwachen
- 8.30 Uhr Frühstück
- 10.30 Uhr Vortrag „Selbsteilungskräfte durch Achtsamkeit stärken“
- 12.30 Uhr Mittagessen
- 14.00 Uhr Kaffee
- 18.30 Uhr Abendessen
- 20.00 Uhr Einführung in die Meditation mit Klangschalen

Sonntag:

- 7.45 Uhr Frühstück
- 10.00 Uhr Yoga
- 12.30 Uhr Mittagessen
- 14.00 Uhr Kaffee und Ausklang

Bei Interesse können Sie auch an den Gottesdiensten ab 18:00 Uhr teilnehmen!

B3360AU

Jutta Winkelhahn

22. - 24. März 2024

Fr 16.00 Uhr bis So 14.00 Uhr

Beverungen, Kloster Herstelle

278,- €, 3 Tage x (27,67 UE) inkl. Verpflegung
(ohne Ermäßigung)