



MEDITATIONSHAUS ST. FRANZISKUS

Aukimo Musikmeditation

Kursleiter: Wolfgang Zeitler, Bayreuth
Anne Bezold, Bayreuth
Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt

Montag:

18.45 Uhr Abendessen
20.00 Uhr Einführung (Vortragsraum)
anschließend Meditation

Dienstag bis einschließlich Donnerstag:

6.30 Uhr Wecken
7.00 Uhr Lockerungsübungen im Meditationsbereich
7.30 Uhr Meditation (1 x 20 Min.)
8.00 Uhr Frühstück

9.00 Uhr Musikmeditation
11.30 Uhr Meditation (1 x 20 Min.)

12.00 Uhr Mittagessen
14.30 Uhr Kaffee/Tee (freigestellt)

15.00 Uhr Musikmeditation
17.15 Uhr Eucharistiefeier (Teilnahme freigestellt)

18.00 Uhr Abendessen

19.30 Uhr Musikmeditation – anschließend Meditation (1 x 20 Min.)

Freitag:

gleich wie Dienstag bis Donnerstag

10.00 Uhr E N D E D E S K U R S E S

Grundsätzliches S C H W E I G E N während des gesamten Kurses.

Musikmeditation = Vortragsraum
Eucharistiefeier = Kapelle

Meditation = Meditationshalle