



MEDITATIONSHAUS  
ST. FRANZISKUS

# Jahresprogramm 2026

D-92345 DIETFURT / ALTMÜHLTAL  
Klostergasse 8 • D-92345 Dietfurt/Altmühltal  
Telefon 0 84 64 / 65 20 • Telefax 0 84 64 / 6 52 -22  
Internet: <http://www.meditationshaus-dietfurt.de>  
E-Mail: [meditationshaus.dietfurt@franziskaner.de](mailto:meditationshaus.dietfurt@franziskaner.de)

**Liebe Freundinnen und Freunde des Meditationshauses St. Franziskus,**

wir freuen uns sehr, Ihnen das neue Kursprogramm für 2026 vorstellen zu dürfen!

Wie bereits in den vergangenen Jahren hat auch dieses Programm sanfte Veränderungen und bereichernde Neuerungen erfahren. Neue Angebote, wie „Yoga und Meditation“ sowie „Tango und Zen“ bereichern das Spektrum und eröffnen neue Zugänge zur Praxis. Mit dem Kurs „Karate und Zen“ findet nun auch der Weg des traditionellen Budo seinen Platz in Dietfurt – eine Einladung für Karate-Praktizierende ihre Übung mit der Tiefe des Zen zu verbinden.

Ein vielfach geäußerter Wunsch konnte nun erfüllt werden: die Lücke zwischen den Zen-Aufbaukursen und den intensiveren Sesshin zu überbrücken. Der frühere „strenge Kurs“ wurde behutsam zu einem Aufbaukurs II weiterentwickelt, um diesen Übergang zugänglicher zu gestalten.

Dank der großzügigen Unterstützung des Fördervereins „Freunde Kloster und Meditationshaus Dietfurt e.V.“ konnten im vergangenen Jahr zahlreiche große und kleine Projekte realisiert werden, die dem Erhalt und der Pflege des Meditationshauses dienen, und es für die Zukunft stärken. So wurden etwa die beschädigten Buchshecken im Garten durch robustere Pflanzen ersetzt. Neue Mitarbeiter im Garten tragen mit viel Energie dazu bei, dass der Klostergarten in seiner alten Schönheit neu erblühen und den Gästen als Ort der Erholung und Sammlung dienen kann.

Grundpfeiler des Meditationshauses bleiben das bewusste Schweigen, achtsames Dasein, der Übungsweg des Zen – und der geistige Rahmen, der durch die franziskanische Spiritualität getragen wird. Für Menschen, die dem Haus bereits durch mehrere Kurse verbunden sind, besteht nun auch die Möglichkeit, in begrenztem Umfang außerhalb der Kurse Tage des Schweigens, der achtsamen Arbeit, des Gebets und der Meditation in Dietfurt zu verbringen. Weitere Informationen dazu finden Sie auf unserer Homepage.

Wir freuen uns darauf, Sie im Meditationshaus St. Franziskus begrüßen zu dürfen – und hoffen, dass der wohlthuende Rahmen aus Stille, Achtsamkeit und Sammlung Sie darin unterstützt, den alltäglichen Weg in Weisheit und Liebe zu gehen.

Mit herzlichem Gruß

Dr. Florian Seidl

(Leiter des Meditationshauses)

Kurs-Nr.	Datum 2026	Kurs	Kursleitende	Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. gesetzl. Umsatzsteuer
<b>Januar</b>				
1	02. – 05.	ZEN-ÜBUNGSTAGE (8 x 25 Min. Zazen) und Achtsame Körperarbeit (Kursbeginn Freitag)	Susanne Wallner, Dietfurt Fridolin Schuster, A-Bludenz	EZO 312.- *EZO 291.- EZ 366.- *EZ 354.- DZO 321.- *DZO 300.- DZ 333.- *DZ 312.-
2	05. – 08.	YOGA und MEDITATION	Flora Fink, Augsburg	EZO 312.- *EZO 291.- EZ 366.- *EZ 354.- DZO 321.- *DZO 300.- DZ 333.- *DZ 312.-
3	08. – 11.	YOGA und MEDITATION (Kursbeginn Donnerstag)	Flora Fink, Augsburg	EZO 312.- *EZO 291.- EZ 366.- *EZ 354.- DZO 321.- *DZO 300.- DZ 333.- *DZ 312.-
4	11. – 16.	EXERZITIEN FÜR FRANZISKANER	Br. Niklaus Kuster OFM Cap	keine Preisangabe
5	16. – 18.	GLÜCKLICH WIE EIN BAMBUS durch Yoga und Meditation (Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)	Mira Czutka, Schliersee Fridolin Schuster, A-Bludenz	EZO 228.- *EZO 214.- EZ 264.- *EZ 256.- DZO 234.- *DZO 220.- DZ 242.- *DZ 228.-
6	19. – 25.	ZEN-EINFÜHRUNGSKURS	Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden Mira Czutka, Schliersee Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 648.- *EZO 606.- EZ 756.- *EZ 732.- DZO 666.- *DZO 624.- DZ 690.- *DZ 648.-
7	26.01. – 01.02.	QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION	Sui Qingbo, Hamburg Helmut Hof, Forchheim	EZO 726.- *EZO 684.- EZ 834.- *EZ 810.- DZO 744.- *DZO 702.- DZ 768.- *DZ 726.-
<b>Februar</b>				
8	02. – 08.	T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Einführungskurs	Petra und Tathata Kobayashi, München	EZO 702.- *EZO 660.- EZ 810.- *EZ 786.- DZO 720.- *DZO 678.- DZ 744.- *DZ 702.-
9	09. – 15.	SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermö- gen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt	EZO 502.- *EZO 460.- EZ 610.- *EZ 586.- DZO 520.- *DZO 478.- DZ 544.- *DZ 502.-
10	16. – 20.	AUKIMO MUSIKMEDITATION mit ZEN-MEDITATION (Kursende Freitag ca. 10.00 Uhr)	Wolfgang Zeitler, Bayreuth Anne Bezold, Bayreuth Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt	EZO 448.- *EZO 420.- EZ 520.- *EZ 504.- DZO 460.- *DZO 432.- DZ 476.- *DZ 448.-
11	20. – 22.	T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Wochenende Korrektur der gesamten 3-teiligen Kurzform (Kenntnis der Kurzform vorausgesetzt) (Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)	Petra und Tathata Kobayashi, München	EZO 364.- *EZO 350.- EZ 400.- *EZ 392.- DZO 370.- *DZO 356.- DZ 378.- *DZ 364.-
12	23.02. – 01.03.	T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Lange Form Lernen der gesamten 3-teiligen Langen Form (Kenntnis der Kurzform vorausgesetzt)	Petra und Sunyata Kobayashi, München	EZO 702.- *EZO 660.- EZ 810.- *EZ 786.- DZO 720.- *DZO 678.- DZ 744.- *DZ 702.-
<b>März</b>				
13	02. – 08.	IKEBANA und ZEN-MEDITATION – Aufbaukurs II (Rikka) (Nur nach Besuch eines Aufbaukurses I möglich)	Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm	EZO 708.- *EZO 666.- EZ 816.- *EZ 792.- DZO 726.- *DZO 684.- DZ 750.- *DZ 708.- Materialkosten extra
14	02. – 08.	ZEN-AUFBAUKURS I (8 x 20 Min. Zazen)	Helmut Hof, Forchheim Heike Vielwerth, Neumarkt	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
15	09. – 15.	ZEN-EINFÜHRUNGSKURS	Dr. Florian Seidl, Regensburg Flora Fink, Augsburg Br: Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 648.- *EZO 606.- EZ 756.- *EZ 732.- DZO 666.- *DZO 624.- DZ 690.- *DZ 648.-
16	16. – 22.	T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Aufbaukurs I (Nur nach Besuch eines Einführungskurses möglich)	Petra und Sunyata Kobayashi, München	EZO 702.- *EZO 660.- EZ 810.- *EZ 786.- DZO 720.- *DZO 678.- DZ 744.- *DZ 702.-
17	23. – 29.	QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION	Sui Qingbo, Hamburg Heike Vielwerth, Neumarkt	EZO 726.- *EZO 684.- EZ 834.- *EZ 810.- DZO 744.- *DZO 702.- DZ 768.- *DZ 726.-
18	23. – 29.	TANGO und MEDITATION	Harald Diesner, Berlin Heike Vielwerth, Neumarkt	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
19	30.03. – 05.04.	SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermö- gen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt	EZO 502.- *EZO 460.- EZ 610.- *EZ 586.- DZO 520.- *DZO 478.- DZ 544.- *DZ 502.-

Kurs-Nr.	Datum 2026	Kurs	Kursleitende	Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. gesetzl. Umsatzsteuer
<b>April</b>				
20	08. – 12.	SAKRALER TANZ und MEDITATION (Kursbeginn Mittwoch)	Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 396.- *EZO 368.- EZ 468.- *EZ 452.- DZO 408.- *DZO 380.- DZ 424.- *DZ 396.-
21	08. – 12.	YOGA und MEDITATION (Kursbeginn Mittwoch)	Fridolin Schuster, A-Bludenz	EZO 416.- *EZO 388.- EZ 488.- *EZ 472.- DZO 428.- *DZO 400.- DZ 444.- *DZ 416.-
22	13. – 19.	SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Dr. med. Marlis Müting – Shinun-An, Lippstadt	EZO 502.- *EZO 460.- EZ 610.- *EZ 586.- DZO 520.- *DZO 478.- DZ 544.- *DZ 502.-
23	20. – 26.	ZEN und PSYCHOTHERAPIE Einführungskurs in Zen	Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden Monika Richter, Göppingen Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 648.- *EZO 606.- EZ 756.- *EZ 732.- DZO 666.- *DZO 624.- DZ 690.- *DZ 648.-
24	27.04. – 03.05.	ZEN-AUFBAUKURS II (9 x 25 Min. Zazen)	Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden Monika Richter, Göppingen	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
<b>Mai</b>				
25	04. – 10.	ZEN-AUFBAUKURS I (8 x 20 Min. Zazen)	Susanne Wallner, Dietfurt Fridolin Schuster, A-Bludenz	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
26	11. – 17.	KARATE und ZEN	Helmut Körber, Bad Abbach Dr. Florian Seidl, Regensburg	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
27	18. – 24.	QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION	Sui Qingbo, Hamburg Helmut Hof, Forchheim	EZO 726.- *EZO 684.- EZ 834.- *EZ 810.- DZO 744.- *DZO 702.- DZ 768.- *DZ 726.-
28	26. – 31.	IKEBANA und ZEN-MEDITATION – Einführungskurs II (Jiyuka und Shoka) (Kursbeginn Dienstag)	Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm	EZO 590.- *EZO 555.- EZ 680.- *EZ 660.- DZO 605.- *DZO 570.- DZ 625.- *DZ 590.- Materialkosten extra
29	26. – 31.	YOGA und MEDITATION (Kursbeginn Dienstag)	Flora Fink, Augsburg	EZO 520.- *EZO 485.- EZ 610.- *EZ 590.- DZO 535.- *DZO 500.- DZ 555.- *DZ 520.-
<b>Juni</b>				
30	01. – 07.	SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt	EZO 502.- *EZO 460.- EZ 610.- *EZ 586.- DZO 520.- *DZO 478.- DZ 544.- *DZ 502.-
31	08. – 12.	AUKIMO MUSIKMEDITATION mit ZEN-MEDITATION (Kursende Freitag ca. 10.00 Uhr)	Wolfgang Zeitler, Bayreuth Anne Bezold, Bayreuth Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt	EZO 448.- *EZO 420.- EZ 520.- *EZ 504.- DZO 460.- *DZO 432.- DZ 476.- *DZ 448.-
32	08. – 12.	QI-GONG und MEDITATION „Mit dem Qi arbeiten“ (Kursende Freitag ca. 10.00 Uhr)	Olaf Pachten, Bad Godesberg Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt	EZO 416.- *EZO 388.- EZ 488.- *EZ 472.- DZO 428.- *DZO 400.- DZ 444.- *DZ 416.-
33	12. – 14.	SAKRALER TANZ und MEDITATION (Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)	Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 198.- *EZO 184.- EZ 234.- *EZ 226.- DZO 204.- *DZO 190.- DZ 212.- *DZ 198.-
34	15. – 18.	ZEN-KURZEINFÜHRUNG	Dr. Florian Seidl, Regensburg Flora Fink, Augsburg	EZO 312.- *EZO 291.- EZ 366.- *EZ 354.- DZO 321.- *DZO 300.- DZ 333.- *DZ 312.-
35	18. – 21.	KURZES SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana). (Kursbeginn Donnerstag)	Johannes Fischer, Zeitlofs-Eckarts	EZO 256.- *EZO 235.- EZ 310.- *EZ 298.- DZO 265.- *DZO 244.- DZ 277.- *DZ 256.-
36	22. – 28.	QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION	Lena Du Hong, Hamburg Helmut Hof, Forchheim	EZO 726.- *EZO 684.- EZ 834.- *EZ 810.- DZO 744.- *DZO 702.- DZ 768.- *DZ 726.-
37	29.06. – 05.07.	T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Aufbaukurs V (Kenntnis der Langen Form vorausgesetzt)	Petra und Tathata Kobayashi, München	EZO 702.- *EZO 660.- EZ 810.- *EZ 786.- DZO 720.- *DZO 678.- DZ 744.- *DZ 702.-

Kurs-Nr.	Datum 2026	Kurs	Kursleitende	Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. gesetzl. Umsatzsteuer
<b>Juli</b>				
38	06. – 12.	IKEBANA und ZEN-MEDITATION – Einführungskurs I	Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm	EZO 708.- *EZO 666.- EZ 816.- *EZ 792.- DZO 726.- *DZO 684.- DZ 750.- *DZ 708.- Materialkosten extra
39	06. – 12.	KONTEMPLATION	Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt Heike Vielwerth, Neumarkt	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
40	13. – 19.	ZEN-EINFÜHRUNGSKURS	Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden Monika Richter, Göppingen Br. Georg Schmauß	EZO 648.- *EZO 606.- EZ 756.- *EZ 732.- DZO 666.- *DZO 624.- DZ 690.- *DZ 648.-
41	20. – 26.	ZEN-AUFBAUKURS I (8 x 20 Min. Zazen)	Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden Manuela Wossough, Gerlingen	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
42	27. – 31.	SAKRALER TANZ und MEDITATION	Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 396.- *EZO 368.- EZ 468.- *EZ 452.- DZO 408.- *DZO 380.- DZ 424.- *DZ 396.-
43	31.07. – 02.08.	SAKRALER TANZ und MEDITATION (Kursende Sonntag ca. 13.00 Uhr)	Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 198.- *EZO 184.- EZ 234.- *EZ 226.- DZO 204.- *DZO 190.- DZ 212.- *DZ 198.-
<b>August</b>				
44	24. – 30.	SAKRALER TANZ und MEDITATION	Br. Georg Schmauß OFM, Dietfurt	EZO 594.- *EZO 552.- EZ 702.- *EZ 678.- DZO 612.- *DZO 570.- DZ 636.- *DZ 594.-
45	31.08. – 06.09.	GLÜCKLICH WIE EIN BAMBUS durch Yoga und Meditation	Mira Czutka, Schliersee Fridolin Schuster, A-Bludenz	EZO 636.- *EZO 594.- EZ 744.- *EZ 720.- DZO 654.- *DZO 612.- DZ 678.- *DZ 636.-
<b>September</b>				
46	07. – 13.	ZEN-EINFÜHRUNGSKURS	Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden Mira Czutka, Schliersee Br. Georg Schmauß	EZO 648.- *EZO 606.- EZ 756.- *EZ 732.- DZO 666.- *DZO 624.- DZ 690.- *DZ 648.-
47	14. – 20.	SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Johannes Fischer, Zeitlofs-Eckarts	EZO 502.- *EZO 460.- EZ 610.- *EZ 586.- DZO 520.- *DZO 478.- DZ 544.- *DZ 502.-
48	21. – 27.	ZEN-AUFBAUKURS I (8 x 20 Min. Zazen)	Dr. Florian Seidl, Regensburg Flora Fink, Augsburg	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
49	28.09. – 04.10.	QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION	Sui Qingbo, Hamburg Helmut Hof, Forchheim	EZO 726.- *EZO 684.- EZ 834.- *EZ 810.- DZO 744.- *DZO 702.- DZ 768.- *DZ 726.-
50	28.09. – 04.10.	TANGO und MEDITATION	Harald Diesner, Berlin Helmut Hof, Forchheim	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
<b>Oktober</b>				
51	05. – 11.	ZEN-EINFÜHRUNGSKURS	Susanne Wallner, Dietfurt Fridolin Schuster, Bludenz Br. Georg Schmauß	EZO 648.- *EZO 606.- EZ 756.- *EZ 732.- DZO 666.- *DZO 624.- DZ 690.- *DZ 648.-
52	12. – 18.	T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Einführungskurs	Petra und Sunyata Kobayashi, München	EZO 702.- *EZO 660.- EZ 810.- *EZ 786.- DZO 720.- *DZO 678.- DZ 744.- *DZ 702.-
53	19. – 25.	SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Dr. med. Marlis Müting – Shinun-An, Lippstadt	EZO 502.- *EZO 460.- EZ 610.- *EZ 586.- DZO 520.- *DZO 478.- DZ 544.- *DZ 502.-
54	26.10. – 01.11.	GUTES STERBEN GUTES BEGLEITEN Sterbebegleitung und Sterbemeditation, Yoga Nidra. Der Kurs wendet sich an medizinisches Personal, Angehörige und selbst Betroffene, die sich gut vorbereitet und mit Gelassenheit der Endlichkeit stellen wollen.	Dr. med. Karim El Souessi, Leinfelden Manuela Wossough, Gerlingen	EZO 666.- *EZO 624.- EZ 774.- *EZ 750.- DZO 684.- *DZO 642.- DZ 708.- *DZ 666.-

Kurs-Nr.	Datum 2026	Kurs	Kursleitende	Kursleitung + Vollpension+ Übernachtung (EUR) inkl. gesetzl. Umsatzsteuer
<b>November</b>				
55	02. – 08.	SESSHIN (Nur für Geübte) Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt	EZO 502.- *EZO 460.- EZ 610.- *EZ 586.- DZO 520.- *DZO 478.- DZ 544.- *DZ 502.-
56	09. – 15.	T'AI CHI CH'UAN und MEDITATION – Kurzform intensiv (Lernen und Vertiefen) Korrektur (Teil I und II ), Lernen (Teil III) (Kenntnis Teil I und II vorausgesetzt)	Petra und Sunyata Kobayashi, München	EZO 702.- *EZO 660.- EZ 810.- *EZ 786.- DZO 720.- *DZO 678.- DZ 744.- *DZ 702.-
57	16. – 22.	IKEBANA und ZEN-MEDITATION – Aufbaukurs I (Shoka) (Nur nach Besuch eines Einführungskurses II möglich)	Sachiko Oishi-Hess, Neu-Ulm	EZO 708.- *EZO 666.- EZ 816.- *EZ 792.- DZO 726.- *DZO 684.- DZ 750.- *DZ 708.- Materialkosten extra
58	16. – 22.	ZAZEN-GROW (für Frauen) Zen-Meditation, Yoga und Bewusstseinsentwicklung	Mira Czutka, Schliersee	EZO 594.- *EZO 552.- EZ 702.- *EZ 678.- DZO 612.- *DZO 570.- DZ 636.- *DZ 594.-
59	23. – 29.	ZEN-EINFÜHRUNGSKURS	Dr. Florian Seidl, Regensburg Flora Fink, Augsburg Br. Georg Schmaußner	EZO 648.- *EZO 606.- EZ 756.- *EZ 732.- DZO 666.- *DZO 624.- DZ 690.- *DZ 648.-
60	30.11. – 06.12.	ZEN-AUFBAUKURS I (8 x 20 Min. Zazen)	Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt Susanne Wallner, Dietfurt	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
<b>Dezember</b>				
61	07. – 13.	QI-GONG nach der Traditionellen Chinesischen Medizin – und ZEN-MEDITATION	Sui Qingbo, Hamburg Helmut Hof, Forchheim	EZO 726.- *EZO 684.- EZ 834.- *EZ 810.- DZO 744.- *DZO 702.- DZ 768.- *DZ 726.-
62	07. – 13.	KONTEMPLATION	Br. Rolf Fleiter OFM, Dietfurt Heike Vielwerth, Neumarkt	EZO 624.- *EZO 582.- EZ 732.- *EZ 708.- DZO 642.- *DZO 600.- DZ 666.- *DZ 624.-
63	14. – 22.	SESSHIN (Nur für Geübte) 8 Tage Kursgebühr nur Übernachtung mit Vollpension. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleiter zu geben (Dana).	Othmar Franthal - Shu-ho-Ken, Dietfurt	EZO 666.- *EZO 610.- EZ 810.- *EZ 778.- DZO 690.- *DZO 634.- DZ 722.- *DZ 666.-

**Alle unsere Kurse beinhalten Zen-Meditation im Sitzen und Gehen oder einfache, stille Sitzmeditation. Hier finden Sie beispielhaft die Rahmenbedingungen einiger Kurse. Detaillierte Kursbeschreibungen finden Sie unter [www.meditationshaus-dietfurt.de](http://www.meditationshaus-dietfurt.de) oder können gerne angefordert werden.**

#### *ZEN-EINFÜHRUNGSKURS*

Hinführung zur Zen-Meditation (6 x 20 Min. Sitzmeditation pro Tag), achtsame Körperarbeit, Vortrag, Sakraler Tanz, ganztägiges Schweigen. Möglichkeit zum persönlichen Gespräch mit den Kursleitern.

#### *ZEN-AUFBAUKURS / KONTEMPLATIONSKURS*

Täglich 8 x 20 Minuten Sitzmeditation, achtsame Körperarbeit, Vortrag, ganztägiges Schweigen. Möglichkeit zum persönlichen Gespräch mit den Kursleitern.

Empfehlenswerte Voraussetzung: Zen-Einführungskurs, Qi-Gong, Ikebana, Sakraler Tanz.

#### *SESSHIN*

Nur für in Zen Geübte. Täglich mind. 13 x 25 Min. Zazen, Zen-Vortrag („Teisho“), strenges Schweigen, Dokusan („Einzelgespräch“). Keine achtsame Körperarbeit. Leitung durch anerkannte Zen-Lehrer und MeisterInnen. Voraussetzung zur Teilnahme: Aufbaukurs in Zen.

### **ANMELDUNG ZU DEN KURSEN**

Bitte beachten Sie: Wir können nur Anmeldungen über die Homepage oder auf dem Postweg annehmen. Telefonische Vormerkungen und Anmeldungen sind nicht möglich.

Bitte benutzen Sie zur Buchung das Anmeldeformular. Hierbei haben Sie drei Möglichkeiten:

- auf der Website einen Kurs über Kursbeschreibungen, Kursleiter oder Kursprogramm auswählen und auf „Anmelden“ klicken oder
- Anmeldeformular online aufrufen, ausdrucken, ausfüllen und uns dann per Post zusenden oder
- fordern Sie unter [meditationshaus.dietfurt@franziskaner.de](mailto:meditationshaus.dietfurt@franziskaner.de) oder telefonisch unter 0 84 64 - 65 20 ein Anmeldeformular an.

Nach Ihrer Anmeldung verschicken wir eine Zusage oder Wartelisten-Bestätigung.

### **BEGINN UND ENDE DER KURSE**

Wenn im Kursprogramm nicht anders beschrieben, beginnen die Kurse am Abend des erstgenannten Tages um 18.00 Uhr und enden am letztgenannten Tag nach dem Frühstück.

Beispiel

1.-4. August:

Beginn am 1. August um 18.00 Uhr

Ende am 4. August nach dem Frühstück

### **ZIMMERBELEGUNG**

Unser Haus ist geprägt von franziskanischer Spiritualität. Wir wollen keinen Hotelstandard bieten, sondern einen einfachen klösterlichen, wohltuenden Rahmen, der unterstützend für die verschiedenen Übungswege und innere Einkehr ist.

Wir verfügen hauptsächlich über Zimmer mit Mansarde (fließend warmem Wasser im Zimmer sowie Etagendusche/-WC: EZO), die deutlich vergünstigt sind. Für Gäste, die mehr Komfort wünschen, bieten wir eine begrenzte Anzahl von Zimmern mit Dusche und WC (EZ). Die Preise dafür sind etwas erhöht. Ein Doppelzimmer (DZ/DZO) kann nur berechnet werden, wenn sich ein Mitbewohner findet. Einzelzimmer mit Dusche und Bad sind nur in begrenzter Anzahl vorhanden und werden nach dem Zeitpunkt der Anmeldung vergeben.

Wir bitten um Ihr Verständnis, dass wir Wünsche auf bestimmte Zimmer nicht berücksichtigen können und die endgültige Zimmerverteilung erst zu Kursbeginn feststeht.

## **KURSgebÜHREN**

Die Kursgebühr setzt sich zusammen aus Kursleiterhonorar, Bio-Vollpension (vegetarische oder vegane Bio-Kost und Wohnen) und Umsatzsteuer. Ausgenommen sind hier die Sesshin. Die dort aufgeführten Preise enthalten kein Kursleiterhonorar. Es besteht die Möglichkeit vor Ort eine freiwillige Gabe (buddhistisch „Dana“) nach eigenem Vermögen und Ermessen in bar an den Kursleitenden zu geben.

Nach Ihrer Anmeldung verschicken wir eine Zusage oder eine Wartelisten-Bestätigung. Im Falle der Zusage bitten wir, die volle Kursgebühr bei der Ankunft im Sekretariat per EC-Karte zu begleichen. Eine Anzahlung oder Überweisung ist nicht nötig, eine Barzahlung vor Ort ist leider nicht möglich.

Wir gewähren Ermäßigungen nach Selbsteinschätzung. Der ermäßigte Preis ist mit \* in der Preisübersicht markiert. Es reicht eine formlose Mitteilung, wenn Sie eine Ermäßigung in Anspruch nehmen möchten, ein Grund muss nicht dafür genannt werden. Belege wie Studienbescheinigungen, Nachweise über Arbeitslosigkeit, Behinderung etc. benötigen wir nicht.

Bitte beachten Sie, dass der volle Kursbeitrag auch bei nicht eingenommenen Mahlzeiten oder verkürzter Teilnahme fällig wird.

## **KURSABSAGE VON UNSERER SEITE**

Wird ein Kurs von den Kursleitenden abgesagt wegen zu geringer Teilnehmerzahl, informieren wir Sie spätestens zwei Wochen vor Kursbeginn. Bei Erkrankung des Kursleiters behalten wir uns vor, einen anderen Kursleitenden einzusetzen, oder ggf. kurzfristig abzusagen, und benachrichtigen Sie umgehend. Selbstverständlich fallen dafür keine Kurskosten an. Kosten für bereits von Ihnen gekaufte Fahrkarten, Bahncards u.a. können wir leider nicht erstatten.

## **ABMELDUNG UND UMBUCHUNG**

Bei Abmeldung eines zugesagten Kursplatzes bis vier Wochen vor Kursbeginn erheben wir eine pauschale Bearbeitungsgebühr von € 30,-. Melden Sie sich später ab, berechnen wir 25% der Netto-Kursgebühr. Wenn Sie sich sehr kurzfristig, d. h. innerhalb einer Woche vor Kursbeginn abmelden, berechnen wir 50% der Netto-Kursgebühr, es sei denn, es gibt eine Warteliste und jemand rückt nach. In diesem Fall bezahlen Sie nur die 25% der Netto-Kursgebühr. Bei Absage am Tag des Kursbeginns oder Nichtanreise wird die volle Netto-Kursgebühr fällig.

Ebenso wie Kursanmeldungen sind Kursabmeldungen nur in Schriftform oder per Email möglich.

Wir empfehlen den Abschluss einer Seminar-Rücktrittsversicherung zur Minderung Ihres finanziellen Risikos. Bitte beachten Sie, dass es nach § 312 b Abs. 3 BGB kein Widerrufsrecht für die Kursbuchung gibt, und dass die Umbuchung auf einen anderen Kurs nicht möglich ist.

## **KLEIDUNG UND SITZHILFEN**

Die Kleidung sollte möglichst einfarbig und dunkel sein (gedeckte bzw. dezente Farben). Für die achtsame Körperarbeit brauchen Sie bequeme Hosen (bitte keine enge Gymnastikkleidung) und warme Socken. Für die Kurse in sakralem Tanz, Qi-Gong und T'ai Chi bitte geeignete Kleidung für das Üben im Freien (Sonnenschutz bzw. warme Kleidung) einplanen.

Bitte Hausschuhe und Wecker mitbringen. Sitzkissen, Bänkchen, Stühle und Decken stehen ausreichend zur Verfügung. Sie können selbstverständlich Ihre eigenen Sitzhilfen mitbringen.

## **SPENDEN**

Die Preise für Unterkunft und Verpflegung halten wir möglichst niedrig. Gerne können Sie unser Haus finanziell unterstützen, wir sind dafür sehr dankbar. Selbstverständlich können wir Ihnen dafür eine Spendenquittung ausstellen.

## **WLAN**

Um den Rahmen der Übung bestmöglich zu unterstützen, steht in unserem Haus grundsätzlich KEIN WLAN zur Verfügung.

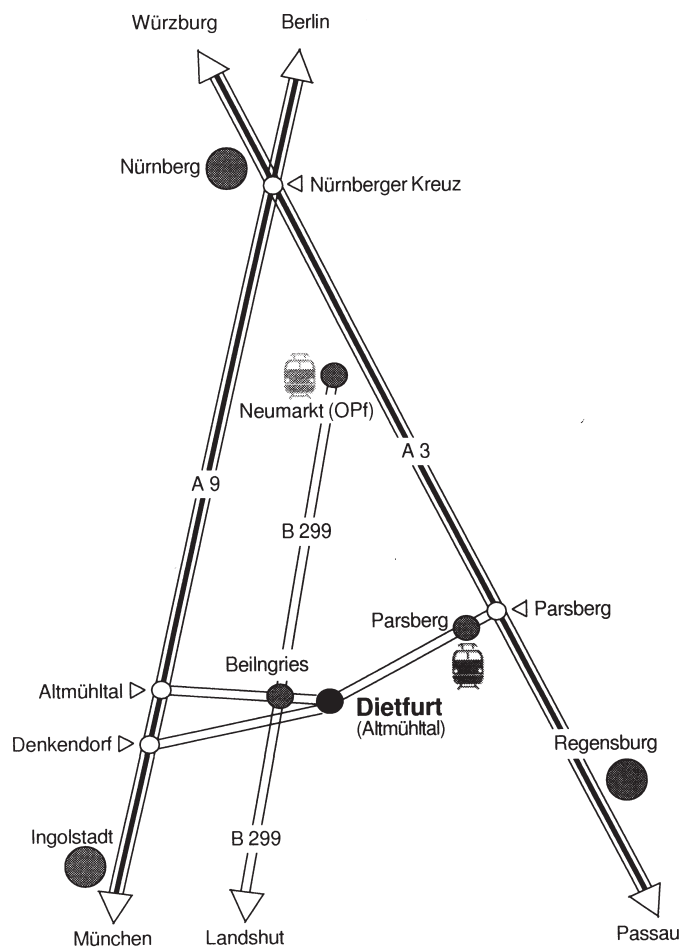
## **ÜBERWEISUNG:**

Sparkasse Neumarkt

IBAN: DE 76 7605 2080 0570 7139 09 BIC: BYLADEM1NMA

## **RECHTSTRÄGER:**

Deutsche Franziskanerprovinz KdÖR



**NACH DIETFURT  
MIT ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN:**

von Nürnberg: Bahn bis Neumarkt (Opf)  
und weiter über Beilngries  
von München: nach Dietfurt/Altm. mit dem Bus  
(Omnibusverkehr Franken: Nr. 515)

oder: Bahn über Regensburg nach  
Parsberg, weiter mit dem Rufbus  
nach Dietfurt/Altm.  
(Omnibusverkehr Franken: Nr. 546)  
Bitte den Rufbus spätestens 60 Minuten vor der  
planmäßigen Abfahrt unter der Tel.-Nr.: **0800 6065600**  
bestellen (oder mit dem Taxi, ca. 19 km).



**Anmeldung** Pro Kurs und Teilnehmer/in bitte ein Formular vollständig ausfüllen.

Name, Vorname (bitte deutlich schreiben)      Telefon      Fax

Straße      Postleitzahl, Wohnort

Beruf      Geburtsjahr      E-Mail-Adresse

Ich bin einverstanden, dass die Kurskorrespondenz per E-Mail stattfindet.

Kurs-Nr.:      von      bis      Jahr      Leiter

Kursbezeichnung

Ich bin mit der Weitergabe meiner Daten an den Kursleiter einverstanden.

Ich wünsche, wenn möglich

EZ     EZO (mit Etagedusche)     DZ     DZO (mit Etagedusche)

Ich komme mit     Auto     und biete Mitfahrgelegenheit

Wenn der gewählte Kurs ausgebucht ist,

möchte ich auf die Warteliste gesetzt werden. Ich kann kurzfristig kommen.

Unser Essen in den Kursen ist grundsätzlich vegetarisch. Sollten Sie Unverträglichkeiten haben bzw. streng vegane Kost benötigen, bieten wir alternativ ein einfaches Gericht an, das vegan, gluten- und laktosefrei ist. Bitte beachten Sie, dass diese Auswahl nur bei der Kursanmeldung zur Verfügung steht und danach nicht mehr geändert werden kann.

Ich wünsche die reguläre, vegetarische Kursverpflegung

Ich wünsche das alternative (vegan, gluten- und laktosefrei) Gericht

Ich habe bereits folgende Kurse besucht (bitte unbedingt bei jeder Anmeldung ausfüllen):

**Zen** (Ungegenständliche Meditation):     Einführung     Aufbaukurs     Sesshin

bei (Kursleiter)

**Tai Chi Chuan:**     Einführung     Aufbaukurs I     Aufbaukurs II     Aufbaukurs III     Aufbaukurs IV

bei (Kursleiter)

**Ikebana:**     Einführung     Aufbaukurs I     Rikka

bei (Kursleiter)

**Andere Meditationsweisen:**

bei (Kursleiter)

**Wenn Sie aktuell in psychiatrisch-psychotherapeutischer Behandlung sind oder waren, ist die Teilnahme nur nach Rücksprache mit der Kursleitung möglich.**

Raum für persönliche Mitteilungen