

Elemente

- Schwertübungen mit dem japanischen Holzsword Bokken (werden zur Verfügung gestellt)
- geistliche Impulse
- persönliche Zeit der Stille
- Austausch in Gruppen
- Pause mit Kaffee/Tee, Getränken
- Gelegenheit zum persönlichen Begleitgespräch

Anmeldung

Mail: sr.beatrix@oberzell.de



aikidoexerziten
schwester_beatrix

Ort

Kloster Oberzell 1,
97299 Zell am Main
im Mutterhaus 1. Stock,
Norbertussaal (siehe Beschilderung)

Kosten

25 € pro Teilnehmer/-in
15 € für Studierende, Schüler/-innen, Azubis
(bitte vor Ort in bar bezahlen)

Begleitungen

Sr. Beatrix Barth
Matthias Helfrich



Elemente

- Schwertübungen mit dem japanischen Holzsword Bokken (werden zur Verfügung gestellt)
- geistliche Impulse
- persönliche Zeit der Stille
- Austausch in Gruppen
- Pause mit Kaffee/Tee, Getränken
- Gelegenheit zum persönlichen Begleitgespräch

Anmeldung

Mail: sr.beatrix@oberzell.de



aikidoexerziten
schwester_beatrix

Ort

Kloster Oberzell 1,
97299 Zell am Main
im Mutterhaus 1. Stock,
Norbertussaal (siehe Beschilderung)

Kosten

25 € pro Teilnehmer/-in
15 € für Studierende, Schüler/-innen, Azubis
(bitte vor Ort in bar bezahlen)

Begleitungen

Sr. Beatrix Barth
Matthias Helfrich



Elemente

- Schwertübungen mit dem japanischen Holzsword Bokken (werden zur Verfügung gestellt)
- geistliche Impulse
- persönliche Zeit der Stille
- Austausch in Gruppen
- Pause mit Kaffee/Tee, Getränken
- Gelegenheit zum persönlichen Begleitgespräch

Anmeldung

Mail: sr.beatrix@oberzell.de



aikidoexerziten
schwester_beatrix

Ort

Kloster Oberzell 1,
97299 Zell am Main
im Mutterhaus 1. Stock,
Norbertussaal (siehe Beschilderung)

Kosten

25 € pro Teilnehmer/-in
15 € für Studierende, Schüler/-innen, Azubis
(bitte vor Ort in bar bezahlen)

Begleitungen

Sr. Beatrix Barth
Matthias Helfrich



AIKIDO 2025

Meditation



Vom Öffnen und Entscheiden

am 05.04.2025

von 14.00 – 18.00 Uhr

Kloster Oberzell bei Würzburg

Mit einer Schwertgrundübung (ni no Suburi) sind Sie an diesem Nachmittag eingeladen, der Dynamik des Schneiden bzw. des Entscheidens nachzuspüren. Die harmonischen Bewegungen zwischen Rhythmus und Atmen können auch symbolisch für Lebens- und Entscheidungsprozesse stehen.

Impulse

- die Energie aus der Körpermitte spüren
- vor dem Schneiden/Entscheiden ein weites Öffnen erfahren (Indifferenz)

AIKIDO 2025

Meditation



Vom Öffnen und Entscheiden

am 05.04.2025

von 14.00 – 18.00 Uhr

Kloster Oberzell bei Würzburg

Mit einer Schwertgrundübung (ni no Suburi) sind Sie an diesem Nachmittag eingeladen, der Dynamik des Schneiden bzw. des Entscheidens nachzuspüren. Die harmonischen Bewegungen zwischen Rhythmus und Atmen können auch symbolisch für Lebens- und Entscheidungsprozesse stehen.

Impulse

- die Energie aus der Körpermitte spüren
- vor dem Schneiden/Entscheiden ein weites Öffnen erfahren (Indifferenz)

AIKIDO 2025

Meditation



Vom Öffnen und Entscheiden

am 05.04.2025

von 14.00 – 18.00 Uhr

Kloster Oberzell bei Würzburg

Mit einer Schwertgrundübung (ni no Suburi) sind Sie an diesem Nachmittag eingeladen, der Dynamik des Schneiden bzw. des Entscheidens nachzuspüren. Die harmonischen Bewegungen zwischen Rhythmus und Atmen können auch symbolisch für Lebens- und Entscheidungsprozesse stehen.

Impulse

- die Energie aus der Körpermitte spüren
- vor dem Schneiden/Entscheiden ein weites Öffnen erfahren (Indifferenz)