

# Anna-Schwestern HAUS LEBENSSPUR



## **Franziskanische Tanzexerzitionen und Tanzwochenenden**

## **Festliche Tanzmeditation**

**2 0 2 4**

### **Franziskanische Tanzexerzitionen**

**29.02. – 03.03.24**  
„Gott in mir wohnen lassen“

☞ Beginn: Donnerstag 18.00 Uhr  
☞ Ende: Sonntag 13.00 Uhr

☞ Kosten: 200,-- €

☞ Schriftliche Anmeldung erforderlich

#### **Elemente:**

- Meditatives Tanzen
- Durchgehendes Schweigen
- Persönliche Gebetszeiten
- Tägliches Einzelgespräch
- Impulse
- Ganzheitliche Elemente
- Gemeinsames Gebet
- Gemeinsam Gottesdienst feiern
- Miteinander Mahl halten

#### **Mitzubringen sind:**

- Bibel (AT und NT)
- Heft für persönliche Notizen
- Bequeme Kleidung

### **Tanzwochenende**

**18.10. – 20.10.24**  
„Die Seele zum Tanzen bringen“

☞ Kosten: 140,-- €

☞ Schriftliche Anmeldung erforderlich

#### **Elemente:**

- Meditatives Tanzen
- gemeinsamer (Tanz-)Gottesdienst
- Vespergebet mit den Schwestern

### **Festliche Tanzmeditation**

**07.01.24**  
„Dreikönig –  
Ein Licht ist uns erschienen“

☞ Beginn: 17.00 Uhr  
☞ Ende: 20.00 Uhr

☞ Kursgebühr: 15,-- €

☞ Anmeldung erforderlich

#### **Elemente:**

- Meditatives Tanzen
- Meditation
- Agape

**Exerzitionen** sind eine geistliche Übungszeit in Stille und Gebet. Was durch die Stille angestoßen wird, kann sich im Tanzen vertiefen, indem wir auch mit unserem Körper beten.

### **Exerzitionen sind ein Weg:**

- um im Lichte Gottes sich selbst und dem eigenen Leben in Ruhe zu begegnen
- um im betenden Umgehen mit dem Wort Gottes, den ganzheitlichen Impulsen die eigene Beziehung zu Gott zu vertiefen und das Leben neu zu ordnen
- um Impulse zu finden, das Leben mit größerer Achtsamkeit sinnvoll zu gestalten

### **Kursleitung, Anmeldung und Information:**

Haus Lebensspur  
Nikolaistr. 16  
73479 Ellwangen

Tel.: 07961/567866  
E-Mail: sr.theresia@anna-schwestern.de  
Web: www.anna-schwestern.de

**Ihre Anmeldung** für die Franziskanischen Tanzwochenenden und Franziskanischen Exerzitionen ist gültig mit der Überweisung des Kurs- und Verpflegungsbetrages unter:  
Anna-Schwestern, 73479 Ellwangen  
KSK Ostalb  
IBAN: DE34 6145 0050 0110 6109 95  
BIC: OASPDE6AXXX

Bei Abmeldungen ab 5 Tagen vor Veranstaltungsbeginn erlauben wir uns die Hälfte des überwiesenen Betrages einzubehalten.

**Tänze zur Bibel**  
**„Wenn Gebet Bewegung wird“**  
Buchtipps in eigener Sache

Wer's im Herzen hat, hat's auch in Beinen, Armen und Hüften. Jeder Mensch kann seinen Glauben körperlich-ganzheitlich ausdrücken. Dieser Band gibt praktische Anleitung für über 26 Tänze zu biblischen Texten und Themen. Vom Aufbruch Abrahams aus Ur, vorbei an Scheidewegen, über Durststrecken und Vertrauensbrücken bis hin zum Osterjubiläum.

Herausgeber: Ingrid Penner, Sr. Theresia Dauser, Franz Kogler

Erschienen: im Tyrolia-Verlag

**Zur Mitte kommen  
im Hören auf Sein Wort**

**Zur Mitte kommen  
in Zeiten des Schweigens**

**Zur Mitte kommen  
im Wahrnehmen mit den Sinnen**

**Zur Mitte kommen  
in der Gemeinschaft des Tanzens**

**Zur Mitte kommen  
durch Menschen,  
die mir an den Weg gestellt sind**

**Zur Mitte kommen  
im ganzheitlichen Gebet**

**Zur Mitte kommen  
im Rhythmus der Bewegung**

**Zur Mitte kommen  
im Rhythmus des Lebens**

**Zur Mitte kommen  
in der Harmonie eines tanzenden  
Kreises**

