Kosten

Kurs: Fr. 351.- (Frühbucherrabatt: 3 Monate vorher: Fr. 315.-)
Unterkunft mit Vollpension:

- Einzelzimmer Standard (Zimmer mit Balkon und Seesicht): Fr. 779.-
- Einzelzimmer Economy (Zimmer mit Hangblick und Sitzplatz): Fr. 629.-
- Doppelzimmer Standard (Zimmer mit Balkon und Seesicht) pro Person: Fr. 599.-
- Doppelzimmer Economy pro Person (Zimmer mit Hangblick und Sitzplatz): Fr. 519.-

Anmeldung & Information

Anmelden bis am 20.6.27 bei
mail@claudineaeberli.ch und siegrist71@gmx.ch

Kraftort mit Aus- und Weitsicht

Auszeit-Hotel Z Aeschiried, hallo@z-aeschiried.ch,
079 292 30 00, www.z-aeschiried.ch





Bei Gott bin ich geborgen

Stille- und Oasentage

im Auszeit-Hotel Z Aeschiried
11. Juli bis 15. Juli 2027

Hast du Sehnsucht nach Ruhe, Eigenzeit, innere und äussere Bewegung an einem inspirierenden Ort?

Wir schaffen Raum für gemeinsame und individuelle Meditations- und Stillezeiten, kontemplative Kreistänze, Körperwahrnehmung und Impulse.
Nach einem Einstieg werden wir durchgehend schweigen bis zur Schlussrunde.
Alle haben die Möglichkeit zwei Begleitgespräche in Anspruch zu nehmen.
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, aber die Bereitschaft in der Stille zu verweilen.

Begleitung



Claudine Aeberli,
Exerzitienleiterin und
geistliche Begleiterin,
Coach, Supervisorin,
Psychologische Beraterin
www.claudineaeberli.ch



Daniela Siegrist,
Exerzitienleiterin und
geistliche Begleiterin,
Meditation des Tanzes,
Religionspädagogin
www.daniela-siegrist.ch

Sonntag, 11.7. 2027

	individuelle Anreise
18.00	Abendessen
20.00	Ankommen & Einstieg
21.30	Tagesabschluss

Montag - Mittwoch, 12.7 – 14.7.27

08.00	Morgenbesinnung
08.30	Frühstück
09.30	Meditation & Impuls & Eigenzeit
11.00	Bewegung & Tanz
12.00	Mittagessen
15.00	Persönliche Zeit
17.00	Köperwahrnehmung & Impuls
18.00	Abendessen
19.30	Bewegung & Tanz
20.30	Tagesabschluss

Donnerstag, 15.7.2027

08.00	Morgenbesinnung
08.30	Frühstück
09.30	Impuls, Austausch & Eigenzeit
11.00	Bewegung & Tanz
12.00	Mittagessen
13.30	Schlussfeier und Segen
Ab 15.30	individuelle Heimreise