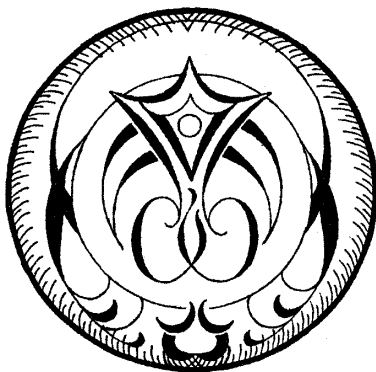




Institut St. Dominikus

---

# Jahresprogramm 2024



# Exerzitenhaus



## **Liebe Freundinnen und Freunde des Instituts St. Dominikus, liebe Gäste!**

Immer wieder lese ich einen Text von Eckhart Tolle, er schreibt:

Suche nach der engen Pforte,  
die zum Leben führt.  
Sie heißt  
„Jetzt“

Es braucht Orte, wo diese Tür ins Jetzt erfahrbar wird, Orte der Ruhe und Stille.

Und es braucht Zeiten, in denen wir bewusst aussteigen aus der Betriebsamkeit des Alltags, um uns hinzuwenden zu dem, was im Leben wirklich wichtig ist.

Einen solchen Ort möchten wir mit unserem Exerzitions Haus in Speyer anbieten. Sie finden hier Kurse, die einladen, das Leben, so wie es ist, zu überdenken und neu auszurichten.

Das Jahresprogramm 2024 beinhaltet verschiedene Kurse.

Ob Sie in der Kontemplation, dem Tanzen oder in

Exerzitionen zu Hause sind, wir laden Sie ein zum Kommen.

Darüber hinaus können Sie uns auch gerne für Ihre eigenen Angebote anfragen.

Wir hoffen, Sie 2024 wieder in unserem Haus begrüßen zu dürfen und freuen uns auf Ihr Kommen!

*L. M. Monika Gessner OP*



### **Inhaltsverzeichnis**

- S. 3 Vorwort
- S. 5 Inhaltsverzeichnis
- S. 6 Terminübersicht
- S. 9 Kloster
- S. 14 Exerziten
- S. 21 Fort- und Weiterbildung
- S. 23 Christliche Kontemplation
- S. 27 Meditation nach Ashram Jesu
- S. 28 Bibel getanzt
- S. 37 Kurse auf Anfrage
- S. 38 Informationen
- S. 42 Wegbeschreibung

## Terminübersicht

---

### **Januar**

06.01.24	Kontemplationstag	S. 25
13./14.01.24	Dominikusgruppe	S. 12

### **Februar**

03.02.2024	Tanztag	S. 31
10.02.24	Kontemplationstag	S. 25
16.-25.02.24	<i>Tanzexerzitien auf Usedom*</i>	S. 16

### **März**

09./10.03.24	Dominikusgruppe	S. 12
25.-31.03.24	<i>Kar-und Ostertage*</i>	S. 34

### **April**

06.04.24	Kontemplationstag	S. 25
19.-21.04.24	Tanzwochenende	S. 29
27./28.04.24	Dominikusgruppe	S. 12

### **Mai**

09.-12.05.24	Kontemplationskurs	S. 26
18.05.2024	Tanztag	S. 31
25.05.24	Kontemplationstag	S. 25

### **Juni**

15./16.06.24	Dominikusgruppe	S. 12
22.-30.06.24	<i>Tanzexerzitien - Johannisthal*</i>	S. 17

### **Juli**

06.07.24	Kontemplationstag	S. 25
26.07.-04.08.24	Tanzexerzitien	S. 18

### **August**

24./25.08.24	Dominikusgruppe	S. 12
--------------	-----------------	-------

### **September**

14.09.24	Kontemplationstag	S. 25
----------	-------------------	-------

### **Oktober**

05./06.10.24	Dominikusgruppe	S. 12
10.-13.10.24	Fortbildung für TanzleiterInnen	S. 22
19.10.24	Tanztag	S. 31
25.10.-03.11.24	Tanzexerzitien	S. 19

### **November**

09.11.24	Kontemplationstag	S. 25
23./24.11.24	Dominikusgruppe	S. 12
28.11.-01.12.24	Kontemplationskurs	S. 26
29.11.-01-12.24	<i>Tanzwochenende*</i>	S. 30

### **Dezember**

07.12.24	Kontemplationstag	S. 25
13.-15.12.24	Tanzwochenende	S. 29

\* *Kursiv gedruckte Angebote werden von uns in anderen Bildungshäusern angeboten.*

### **Tägliche Angebote:**

S. 11 Gottesdienst- und Gebetszeiten

### **Wöchentliche und vierzehntägige Angebote:**

S. 24 Kontemplationsabende

S. 27 Meditationsabende nach Ashram Jesu

### **Monatliche Angebote:**

S. 13 Weggemeinschaft

S. 32 Bibel getanzt - Tanzabende (Sr. Monika)

S. 33 Bibel getanzt - Tanzabende (Sr. Johanna)

### **Auf Anfrage:**

S. 10 Kloster auf Zeit - Tage der Stille

S. 10 Geistliche Begleitung

S. 20 Exerzitien à la carte - Begleitete Einzelexerzitien

S. 37 *Kurse auf Anfrage\**



## **Kloster**

Klöster sind heute häufig aufgesuchte Orte, um dort mehr zu sich und seinen Wurzeln zu kommen, um sein Leben neu in den Blick zu nehmen oder zu ordnen, um die Beziehung zu Gott wieder zu entdecken oder zu vertiefen, um Glaubenserfahrungen in einer religiösen Gemeinschaft machen zu können.

### So laden auch wir ein zu/r:

- Kloster auf Zeit - Tagen der Stille
- Geistlicher Begleitung
- Gottesdienst- und Gebetszeiten in der Mutterhauskapelle
- Dominikusgruppe
- Weggemeinschaft

### **Kloster auf Zeit - Tage der Stille**

Wer durch das Mitleben den Klosteralltag in unserer Ordensgemeinschaft besser kennen lernen möchte, ist bei uns in der Gemeinschaft Osma herzlich willkommen. Gäste nehmen teil an unserem Alltag mit Gebet, Arbeit, Freizeit und Mahlzeiten und finden geistliche Begleitung durch eine Schwester. Der jeweilige Tagesablauf wird individuell abgesprochen.

für diese Angebote gilt:

- Termine:** nach Absprache
- Begleitung:** Sr. Mechthild Fricke  
Sr. Lucia Jöckle  
Sr. Annemarie Kirsch
- Kosten bei** 30,00 € - 65,00 € pro Tag
- Übernachtung:** (je nach eigenen Möglichkeiten)
- Anmeldung:** Gemeinschaft Osma 06232/912-217

### **Geistliche Begleitung**

Regelmäßige Einzelgespräche wollen helfen, den persönlichen Glauben zu vertiefen.

- Begleitung:** Sr. Hildegard Elster  
06232/912-381  
Sr. Mechthild Fricke  
06232/912-217

## Gottesdienstzeiten in der Mutterhauskapelle

In der Regel treffen wir uns **Montag bis Freitag** um

7.00 Uhr zum Gottesdienst (je nach Situation in Form der Laudes, einer frei gestalteten Laudes oder einer Eucharistiefeier)

18.00 Uhr zur Vesper

Am Wochenende gilt weiterhin die Regelung

<b>Samstag</b>	17.45 Uhr	Vesper
<b>Sonntag + Feiertage</b>	7.30 Uhr 9.30 Uhr 17.30 Uhr	Laudes Eucharistiefeier Vesper

**Kontakt:** Klosterpforte - 06232/912-0

## **Dominikusgruppe - Dominikanische Laiengemeinschaft**

Die Dominikusgruppe ist eine Gemeinschaft von Menschen verschiedener Altersstufen, Konfessionen und Lebensformen, die sich gegenseitig stützen und tragen. Als Suchende sind wir unterwegs zu Gott, gestärkt durch gelebten und erlebten Glauben. Dabei orientieren wir uns am Wort Gottes, an Jesus Christus und an Dominikus.

**Leitung:** die jeweiligen Wochenendteams

**Termine:** 13./14.01.2024  
09./10.03.2024  
27./28.04.2024  
15./16.06.2024  
24./25.08.2024  
05./06.10.2024  
23./24.11.2024

**Beginn:** Samstag 14.00 Uhr

**Ende:** Sonntag gegen 17.00 Uhr

**Kosten:** 20,00 € für Mitglieder  
30,00 € für Gäste  
Kinder sind frei

**Kontakt:** Sr. Johanna Gillich  
06232/912-209

## Weggemeinschaft

Zu unserer Weggemeinschaft gehören Menschen, die sich regelmäßig treffen, um in unterschiedlicher Weise ihren Glauben zu vertiefen, indem wir beten, meditieren, tanzen, kreativ werden und unser Leben ins Gespräch bringen. Wir wollen als Suchende miteinander unterwegs sein und unseren Glauben leben.

**Leitung:** das jeweilige Vorbereitungsteam

**Termine:** 29.01.24  
04.03.24  
29.04.24  
17.06.24  
15.07.24  
02.09.24  
21.10.24  
09.12.24

**Beginn:** 14.30 Uhr

**Ende:** nach dem Tanzabend gegen 21.30 Uhr

**Kontakt:** Sr. Mechthild Fricke  
06232/912-217

### **Exerzitien**

Exerzitien sind eine Zeit des Innehaltens, des “Wahr“-nehmens *wer ich bin* und *wie ich jetzt da bin*. Sie ermöglichen eine Neuorientierung und Vertiefung auf meinem geistlichen Weg. Sie stellen die Frage nach Gottes Willen für meinen konkreten Alltag.

#### Angebote dazu sind:

- Tanzexerzitien
- *Tanzexerzitien\**
- Exerzitien à la carte - Begleitete Einzelexerzitien

## **Tanzexerzitien - Bibel getanzt**

Wer sich für Tanzexerzitien entscheidet, wählt eine Exerzitienform, die Elemente aus den klassischen Einzel-exerzitien mit dem meditativen Tanzen verbindet. Im Mittelpunkt der Tage steht die persönliche Beziehung zu Gott. Was durch die Meditation und Kontemplation angestoßen wird, kann sich im Tanzen vertiefen, indem wir unseren Körper in einer bewegten Weise ins Gebet einbeziehen. Diese Erfahrung fließt zurück in die Meditation...

### Elemente der Tanzexerzitien sind:

- ein Tanztag mit Tanzgottesdienst zu Beginn der Exerzitien
- 7 Tage durchgehendes Stillschweigen (ab Sa. Abend)
- täglich 3 feste Tanzzeiten (morgens, mittags, abends)
- täglich 2 - 3 Std. für Gebet, Meditation, Kontemplation
- täglich ein Einzelgespräch mit dem/der Begleiter/in
- ein getanzter Gottesdienst am letzten Tag der Exerzitien

### Welche Voraussetzungen sind notwendig?

- sich einlassen können auf einen festen Tagesablauf
- Freude am Tanzen (auch für Tanzanfänger möglich)
- sich einlassen können auf eine Woche im Schweigen
- Offenheit für neue Erfahrungen
- Bereitschaft, sich auf Einzelgespräche einzulassen

## **Tanzexerzitien auf der Insel Usedom - Kurs 1**

- Termin:** 16.02.-25.02.24
- Leitung:** Sr. M. Monika Gessner  
(evtl. mit einem/r SchülerIn)
- Begleitungen:** Marina Fischer, Sr. Monika Hüppi,  
Annette Schulze, Pfr. Elisabeth Strübin,  
Sr. Barbara Witing, N.N.
- Ort:** Familienferienstätte St. Otto  
Dr. - Wachsmann - Str. 29  
17454 Zinnowitz
- Beginn:** Freitag, 18.30 Uhr mit dem Abendessen  
**Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr nach d. Mittagessen
- Unterkunft/  
Verpflegung:** 545,00 € im EZ/D/WC  
420,00 € (für Ordensangehörige)
- Kursgebühr:** 585,00 € (Ermäßigung möglich)  
ab 6 Wochen vorher gelten die im Haus  
St. Otto üblichen Ausfallgebühren und  
eine Bearbeitungsgebühr von 30,00 €
- Mitbringen:** Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind
- Anmeldung:** schriftlich bis 6 Wochen vor dem Termin  
an: Sr. Monika Gessner



## **Tanzexerzitien im Haus Johannisthal - Kurs 2**

**Termin:** 22.06.-30.06.2024

**Leitung:** Sr. M. Monika Gessner OP

**Begleitungen:** Marina Fischer, Katrin Gergen-Woll  
Pfr. Freddy Schmit, Pfr. Elisabeth Strübin,  
Sr. Barbara Witing

**Ort:** Haus Johannisthal  
Johannisthal 1  
92670 Windischeschenbach

**Beginn:** Samstag, 18.00 Uhr mit dem Abendessen

**Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr nach d. Mittagessen

**Unterkunft/  
Verpflegung:** 492,00 € im EZ/D/WC

**Kursgebühr:** 538,00 € (Ermäßigung möglich)  
ab 6 Wochen vor Beginn gelten die im  
Haus Johannisthal üblichen  
Ausfallgebühren und eine  
Bearbeitungsgebühr von 30,00 €

**Mitbringen:** Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind

**Anmeldung:** schriftlich bis 6 Wochen vor dem Termin  
an: Sr. Monika Gessner

## **Tanzexerzitien im Exerzitienhaus, Speyer - Kurs 3**

**Termin:** 26.07.-04.08.2024

**Leitung:** Sr. Monika Gessner

**Begleitungen:** Pfr. Matthias Bender  
Marina Fischer  
Katrín Gergen-Woll  
Elisabeth Strübin  
Sr. Barbara Witing

**Beginn:** Freitag, 18.30 Uhr mit dem Abendessen

**Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr nach d. Mittagessen

**Unterkunft/** 495,00 € im EZ/D/WC

**Verpflegung:** 450,00 € im EZ/Etagendusche/WC

360,00 € für Ordensleute

**Kursgebühr:** 550,00 € (Ermäßigung möglich)

**Mitbringen:** Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind,  
bitte Handtücher und Bettwäsche

**Anmeldung:** schriftlich bis 6 Wochen vor dem Termin  
an: Sr. Monika Gessner

## **Tanzexerzitien im Exerzitienhaus, Speyer - Kurs 4**

**Termin:** 25.10.-03.11.2024

**Leitung:** Sr. Monika Gessner

**Begleitungen:** Lioba Buscher  
Marina Fischer  
Sr. Monika Hüppi  
Eric Klein  
Sr. Barbara Witing

**Beginn:** Freitag, 18.30 Uhr mit dem Abendessen

**Ende:** Sonntag, 13.30 Uhr nach d. Mittagessen

**Unterkunft/** 495,00 € im EZ/D/WC

**Verpflegung:** 450,00 € im EZ/Etagendusche/WC

360,00 € für Ordensleute

**Kursgebühr:** 550,00 € (Ermäßigung möglich)

**Mitbringen:** Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind,  
bitte Handtücher und Bettwäsche

**Anmeldung:** schriftlich bis 6 Wochen vor dem Termin  
an: Sr. Monika Gessner

### **Exerzitien à la carte - Begleitete Einzelexerzitien**

Die Übungen dieser Tage wollen helfen, eine persönliche Beziehung zu Gott zu finden oder zu vertiefen.

Diese kann zu der Erfahrung führen, dass mir Gott in Jesus Christus nahe ist und mich bedingungslos liebt.

So kann ich befähigt werden, mein Leben als Heilsweg zu sehen und zu entdecken, was mir mehr Leben schenkt.

Die Exerzitien werden ausschließlich durch Einzelgespräche begleitet, ohne vorgefertigte schriftliche Anleitungen.

Voraussetzung für die Teilnahme ist die Bereitschaft, mindestens 4 einstündige Gebetszeiten pro Woche zu halten.

Die Termine für die Einzelbegleitung nach 4-5 Gebetszeiten werden persönlich abgesprochen.

In der Form der Exerzitien à la carte können geistliche Prozesse durchlebt werden, die Kurzexerzitien oder zehntägigen Einzelexerzitien entsprechen.

**Begleitung:** Sr. Hildegard Elster

**Termin:** nach individueller Absprache

**Kontakt:** Sr. Hildegard Elster  
06232/912-381

## **Tanzausbildung „Bibel getanzt“**

Die 3 - jährige Ausbildung „Bibel getanzt“ richtet sich an alle Interessierten, besonders auch an haupt- und ehrenamtliche kirchliche Mitarbeiter/innen, die ihren Glauben durch den Tanz vertiefen wollen, um das Erfahrene an eigene Gruppen weitergeben zu können.

### Ziel der Ausbildung:

Diese Ausbildung (berufsbegleitende Weiterbildung) befähigt die Teilnehmerinnen / die Teilnehmer, nach Abschluss, Tanzgruppen anzuleiten (Themen-Workshops / Wochenendkurse / Gottesdienstgestaltung mit Tanz).

### Inhalt der Ausbildung:

das Erarbeiten eines Tanzrepertoires, Körperschulung, Didaktik/Methodik, Musik, Bibelarbeit, Themen- und Gottesdienstgestaltung

### Zeitlicher Rahmen pro Jahr:

1 Woche, 2 Kurzwochen (Do-So), 4 Wochenenden

### Leitung:

Sr. M. Monika Gessner OP + Team

### Nächster Ausbildungsbeginn:

Januar 2026

### ausführliche Unterlagen bitte gesondert anfordern bei:

Sr. M. Monika Gessner OP

## **Fortbildung für TanzleiterInnen**

Ich lade alle ein, für die "Bibel getanzt" zu einem Weg geworden ist, zur Vertiefung, zum Austausch, zu neuen Impulsen...

**Thema:** Der Fall des Menschen (Gen 2,1-24)

**Leitung:** Sr. Monika Gessner

**Termin:** 10.-13.10.2024

**Beginn:** Donnerstag: 18.00 Uhr

**Ende:** Sonntag: gegen 13.30 Uhr

**Unterkunft/** 195,00 € im EZ mit Dusche/WC

**Verpflegung:** 165,00 € im EZ/Etagendusche/WC

165,00 € im DZ mit Dusche/WC

135,00 € im DZ/Etagendusche/WC

**Kursgebühr:** 130,00 € (Ermäßigung möglich)

**Mitbringen:** Bibel, Schuhe fürs Tanzen (Parkett)  
bitte Handtücher und Bettwäsche

**Voraussetzung:** abgeschlossene Ausbildung Bibel getanzt

**Anmeldung:** schriftlich bis 14 Tage vor dem Termin  
an: Sr. Monika Gessner

## **Kontemplation**

Kontemplation ist ein christlicher Versenkungsweg, eine wort- und bildlose Übung des Loslassens im Sitzen und Gehen, ein sich Einlassen in den eigenen Wesensgrund, um dort Gott in tieferer Weise zu erfahren.

Sie orientiert sich an Jesus Christus und den christlichen Mystikern.

### Angebote dazu sind:

- Kontemplationsabende
- Kontemplationstage
- Kontemplationskurse
- Meditation nach Ashram Jesu

## **Kontemplationsabende**

Einmal in der Woche den Tag in der Gruppe mit Kontemplation beschließen...

Die kontemplative Gebetsübung wird zum Weg, der den Menschen von innen her verwandelt und zur Ganzheit führt.

Alle, die sich auf Kontemplation einlassen, können an diesem Abend teilnehmen.

**Leitung:** Sr. Mechthild Fricke

**Termine:** jeden Donnerstag  
(ausgenommen Feiertage)

**Zeit:** von 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr

**Ablauf:** Leibarbeit oder Gebärdegebet  
2 x 25 Min. Kontemplation

**Kontakt:** Sr. Mechthild Fricke  
06232/912-217



## Kontemplationstage

Ein Kontemplationstag gibt die Möglichkeit, sich für einen ganzen Tag lang aus dem Getriebe des Alltags in die Stille zurückzuziehen und sich auf die Gebetsübung einzulassen. Eutonische Übungen und die Gelegenheit zum Einzelgespräch sind weitere Elemente des Tages.

**Termine:** 06.01.2024  
10.02.2024  
06.04.2024  
25.05.2024  
06.07.2024  
14.09.2024  
09.11.2024  
07.12.2024

**Beginn:** Samstag 9.30 Uhr

**Ende:** 15.30 Uhr

**Kosten:** 35,00 € (Ermäßigung möglich)

**Mitbringen:** Mittagessen/Selbstversorgung - Getränke werden gestellt

**Anmeldung:** bis drei Tage vor dem Termin  
an: Sr. Mechthild Fricke

### **Kontemplationskurse**

Kontemplationskurse bieten die Möglichkeit, sich für mehrere Tage mit allen Kräften dem Göttlichen zu öffnen. Begleitet wird das stille Gebet im Sitzen durch Vorträge, eutonische Übungen und Einzelgespräche.

**Termin 1:** 09.05.-12.05.2024

**Termin 2:** 28.11.-01.12.2024

**Leitung:** Dr. Reiner Manstetten

**Beginn:** 18.00 Uhr mit dem Abendessen

**Ende:** 13.00 Uhr mit dem Mittagessen

**Unterkunft/** 195,00 € im EZ mit Dusche/WC

**Verpflegung:** 165,00 € im EZ/Etagendusche/WC

165,00 € im DZ/ mit Dusche/WC

135,00 € im DZ/Etagendusche/WC

**Kursgebühr:** 140,00 € (Ermäßigung möglich)

**Mitbringen:** Hausschuhe, bitte Bettwäsche und Handtücher mitbringen

**Anmeldung:** schriftlich bis 14 Tage vor dem Termin  
an: Sr. Mechthild Fricke

## **Meditationsabende**

In der Meditation üben wir das gelassene, liebevolle, wachsame Bei-sich-selbst-sein. Im Öffnen für die eigene Wirklichkeit und im absichtslosen Durchleben dieser Wirklichkeit üben wir, uns Gott zu überlassen. In ähnlicher Weise haben die Wüstenväter gebetet. Wer in dieser Weise beten möchte, ist eingeladen, teilzunehmen. Die Gruppe ist grundsätzlich für jede und jeden offen.

- Leitung: Sr. Gertrud Dahl  
Maria Marta Geißler
- Termine: in der Regel alle 14 Tage Montagabend
- Beginn: 20.00 Uhr  
Ende: 21.00 Uhr
- Ablauf: Sitzmeditation 40 min  
anschließend Austausch
- Kontakt: Sr. Gertrud Dahl  
Vincentiusstr. 4  
67346 Speyer  
06232/912-206  
[sr-gertrud@institut-st-dominikus.de](mailto:sr-gertrud@institut-st-dominikus.de)
- Anmeldung: Bitte nehmen Sie vor der ersten  
Teilnahme Kontakt mit der Leitung auf.

### **Bibel getanzt**

Bibel getanzt ist ein Weg, der inspiriert von biblischen Texten durch die Bewegung und präsente Körperlichkeit in jenen göttlichen Raum führt, in dem ich nicht mehr mache, sondern bin.

#### Angebote dazu sind:

- Tanzwochenenden
- *Tanzwochenenden\**
- Tanztage
- Tanzabende
- *Kar- und Ostertage\**
- Weitere Veranstaltungen mit Bibel getanzt

## Bibel getanzt - Tanzwochenende

Sich tanzend dem Geheimnis der Hl. Schrift zuzuwenden und entdecken, was ihre Botschaft für mich ganz persönlich ist - dazu laden Tanz- und Meditationswochenenden ein....

**Termin 1:** 19.-21.04.2024

**Thema:** „Ich bin der gute Hirt. (Joh 10,11-18)“

**Termin 2:** 13.-15.12.2024

**Thema:** „Juble, Tochter Zion! Jauchze, Israel!“ (Zef 3,14–17)

**Leitung:** Sr. Monika Gessner

**Beginn:** 18.00 Uhr

**Ende:** 13.30 Uhr

**Unterkunft/** 130,00 € im EZ mit Dusche/WC

**Verpflegung:** 110,00 € im EZ/Etagendusche/WC

110,00 € im DZ mit Dusche/WC

90,00 € im DZ/Etagendusche/WC

**Kursgebühr:** 100,00 € (Ermäßigung möglich)

**Mitbringen:** Bibel, Schuhe fürs Tanzen (Parkett),  
bitte Handtücher und Bettwäsche

**Anmeldung:** schriftlich bis 3 Wochen vor dem Termin  
an: Sr. Monika Gessner

## ***Bibel getanzt - Tanzwochenende***

*Sich tanzend dem Geheimnis der Hl. Schrift zuzuwenden und entdecken, was ihre Botschaft für mich ganz persönlich ist - dazu laden Tanz- und Meditationswochenenden ein....*

**Thema:** *Als Josef erwachte... (Mt 1,18-25)*

**Leitung:** *Sr. Monika Gessner*

**Termin:** *29.11.-01.12.2024*

**Beginn:** *18.15 Uhr*

**Ende:** *13.00 Uhr*

**Unterkunft/  
Verpflegung:** *220,00 SFr. im EZ mit fl. Wasser  
(exkl. Kurtaxe)*

**Kursgebühr:** *200,00 SFr*

**Mitbringen:** *Bibel, Schuhe fürs Tanzen (Parkett)*

**Anmeldung:** *schriftlich bis 14 Tage vor dem Termin an:*  
**+ Ort** *Kloster der Dominikanerinnen  
Haus der Begegnung  
Klosterweg 16  
Ch - 7130 Ilanz*

## Bibel getanzt - Tanztage

Tanzen, Besinnung, Gespräche - sich auf unterschiedliche Weise intensiv mit einer Schriftstelle und dem Glaubensbekenntnis beschäftigen... dazu lade ich alle ein....

**Leitung:** Sr. Monika Gessner

**Termin 1:** 03.02.2024

**Thema:** „...und er ging zu ihr, fasste sie an der Hand und richtete sie auf. (Mk 1,29-39)

**Termin 2:** 18.05.2024

**Thema:** Empfängt den Heiligen Geist  
(Joh 20,19-23)

**Termin 3:** 19.10.2024

**Thema:** Rabbúni, ich möchte sehen können.  
(Mk 10,46–52)

**Beginn:** 9.30 Uhr

**Ende:** gegen 17.30 Uhr

**Kosten:** 35,00 € (Ermäßigung möglich)

**Mitbringen:** geeignete Schuhe zum Tanzen (Parkett), bitte eine Speise fürs gemeinsame Büffet

**Anmeldung:** bis 3 Woche vor dem Termin  
an: Sr. Monika Gessner

## **Bibel getantz - Tanzabende**

Einmal im Monat tanzen wir zu biblischen Texten aus dem Alten und Neuen Testament. Jeder Abend ist in sich thematisch abgeschlossen und kann auch einzeln besucht werden. Ein Einstieg in die Gruppe ist jederzeit möglich.

**Leitung:** Sr. Monika Gessner

**Jahresthema:** Ich will hören, was Gott redet...

**Termine:** 29.01.24  
04.03.24  
29.04.24  
17.06.24  
15.07.24  
02.09.24  
21.10.24  
09.12.24

**Beginn:** 19.30 Uhr

**Unkosten:** für eine Spende bin ich dankbar

**Kontakt:** Sr. Monika Gessner  
06232/912-217



## **Bibel getanzt - Tanzabende**

Angeleitete Tänze können uns einen vertieften Zugang schenken zu Schriftstellen aus dem Neuen Testament. Jeder Abend ist in sich thematisch abgeschlossen und kann auch einzeln besucht werden.

**Leitung:** Sr. Johanna Gillich

**Jahresthema:** Gottes überströmender Reichtum

**Termine:** 17.01.24  
21.02.24  
20.03.24  
17.04.24  
22.05.24  
03.07.24  
21.08.24  
02.10.24  
20.11.24

**Beginn:** 19.30 Uhr

**Unkosten:** für eine Spende bin ich dankbar

**Kontakt:** Sr. Johanna Gillich  
06232/912-209

## **Kar- und Ostertage**

*Leben, Sterben, Auferstehen zum wahren Leben sind Gedanken, die uns jedes Jahr, in der Karwoche bis zu Ostern hin, bewegen. Wir laden ein, diesem Geschehen im Leben Jesu auf vielfältige Weise nachzuspüren und auch unser Leben heute in seinem Licht neu zu betrachten. Mit der Workshop-Auswahl haben Sie die Möglichkeit, einen je individuellen Schwerpunkt für die Tage zu setzen. Wir bitten Sie darum, sich festzulegen, an welchem Workshop Sie durchgängig teilnehmen möchten. Zur Auswahl stehen:*

### **Workshop:      Bibel getantz**

*Wir werden verschiedene Tänze zu den inhaltlichen Schwerpunkten der Karwoche und des Ostergeschehens erlernen.*

### **Workshop:      Gesang und Musik**

*Wir werden Gesänge zu den inhaltlichen Schwerpunkten der Karwoche und dem Ostergeschehen erlernen. Wer sicher vom Blatt spielen kann ist eingeladen, sein Instrument mitzubringen.*

### **Workshop:      Biblisches Wort**

*Wir werden über Leibspürübungen und Imagination geistig in Schriftworte hineingehen und dem Geschehen in uns spontan malend einen Ausdruck geben. Geistlicher Austausch, Sitzen in der Stille und meditatives Gehen in der Natur ergänzen die Workshopzeiten.*

### Gemeinsame Zeiten

*In der Liturgie gedenken wir der Passion Jesu Christi und feiern miteinander das Fest der Auferstehung - Ostern. Dabei werden wir die Inhalte der Workshops zusammenführen. Darüber hinaus wollen wir uns in Zeiten des Gebetes und der Meditation näher mit dem Geschehen der Kar- und Ostertage beschäftigen und auch als Gesamtgruppe miteinander singen und tanzen. Mit der Abendmahlfeier am Gründonnerstag werden wir als Gruppe ins Stillschweigen eintauchen.*

- Leitung:** Sr. Monika Gessner (Tanz)  
Susanne Ebinger (Gesang und Musik)  
Pfr. Freddy Schmit (Biblisches Wort)
- Termin:** 25. - 31. März 2024
- Beginn:** 18.00 Uhr
- Ende:** gegen 11.00 Uhr nach dem Frühstück
- Kurskosten:** 678,00 € im EZ (erm. Preis: 543,00 €)
- inkl. ÜN/VP** 658,00 € im DZ/WE (erm. Preis: 527,00 €)
- Ort:** Forum Vinzenz Pallotti  
Pallottistr. 3  
56179 Vallendar
- Mitbringen:** Bibel, Instrumente, Schuhe zum Tanzen
- Anmeldung:** schriftlich bis zum 22.02.2024 an:  
Sr. Monika Gessner

## Veranstaltungen mit Bibel getanzt

weitere Kurse mit „Bibel getanzt“ finden Sie:

- S. 15           Tanzexerziten
- S. 21           Tanzausbildung Bibel getanzt
- S. 22           Fortbildung Bibel getanzt

*Vom 02. - 05.05.2024 findet unter dem Thema  
„Schwer.Mut.Leicht.Sinn“  
das 12. Kirchentanzfestival  
auf dem Hesselberg statt  
(weitere Informationen unter:  
[www.kirchentanzfestival.de](http://www.kirchentanzfestival.de))*

*Vom 29.05. - 02.06.2024 bietet Sr. Monika Gessner  
„Bibel getanzt - Tanzexerziten - ein Weg in die Stille“  
beim Katholikentag in Erfurt an.*

## ***Kurse auf Anfrage***

*Als Referentinnen sind wir gerne auch bereit, mit folgenden Themen in ihre Pfarrei, ihr Bildungshaus, ..... zu kommen:*

### *Sr. M. Mechthild Fricke OP (06232/912-217)*

- *Einführung in die Kontemplation*

### *Sr. M. Monika Gessner OP (06232/912-217)*

- *Bibel getanzt*
- *Besinnungstage*
- *Biblisches Rollenspiel*

### *Sr. M. Johanna Gillich OP (06232/912-209)*

*Kontakt: Anfragen zur Missionsarbeit, Vermittlung von Vorträgen*

### **„Aktion Miteinander“/ermäßigter Preis**

Immer wieder erfahren wir, dass Menschen an einem Kurs teilnehmen möchten, aber aufgrund ihrer persönlichen Situation die Kosten nicht oder nur schwer aufbringen können.

Wir möchten deshalb aufrufen zu der

#### **„Aktion Miteinander“**

und bitten daher, unsere Kursarbeit durch Spenden zu unterstützen, damit allen suchenden und interessierten Menschen die Möglichkeit gegeben ist, unsere Angebote in Anspruch zu nehmen.

Wenn Sie Ihrerseits die „Aktion Miteinander“ unterstützen möchten, sind wir Ihnen für jede Spende sehr dankbar.

Spendenkonto für die „Aktion Miteinander“

### **Bankverbindung**

LIGA Bank eG Regensburg

BIC GENODEF1M05

IBAN DE65 7509 0300 0000 0566 69

Kontoname Institut St. Dominikus - Exerzitienhaus

Auf Wunsch erhalten Sie eine Zuwendungsbestätigung.

## **Anmeldeadressen je nach Kurs**

Bitte richten Sie Ihre schriftliche Anmeldung an die jeweils beim Kurs angegebene Schwester:

Sr. Gertrud Dahl OP

Vincentiusstr. 4, 67346 Speyer, 06232/912-206

[sr-gertrud@institut-st-dominikus.de](mailto:sr-gertrud@institut-st-dominikus.de)

Sr. M. Hildegard Elster OP

Vincentiusstr. 4, 67346 Speyer, 06232/912-381

[sr-hildegard@institut-st-dominikus.de](mailto:sr-hildegard@institut-st-dominikus.de)

Sr. M. Mechthild Fricke OP

Vincentiusstr. 4, 67346 Speyer, 06232/912-217

[sr-mechthild@institut-st-dominikus.de](mailto:sr-mechthild@institut-st-dominikus.de)

Sr. M. Monika Gessner OP

Vincentiusstr. 4, 67346 Speyer, 06232/912-217

[sr-monika@institut-st-dominikus.de](mailto:sr-monika@institut-st-dominikus.de)

Sr. M. Johanna Gillich OP

Vincentiusstr. 4, 67346 Speyer, 06232/912-209

[sr-johanna@institut-st-dominikus.de](mailto:sr-johanna@institut-st-dominikus.de)

## **Homepage**

Besuchen Sie unsere Homepages

fürs Kloster: [www.institut-st-dominikus.de](http://www.institut-st-dominikus.de)

für Bibel getanzt: [www.bibelgetanzt.org](http://www.bibelgetanzt.org)

### **Kontaktaten bei Belegungsanfragen**

Institut St. Dominikus  
Verwaltung Exerzitienhaus  
Telefon +49-(0)6232/912-222  
[ex-haus@institut-st-dominikus.de](mailto:ex-haus@institut-st-dominikus.de)

### **Zimmerpreise bei Fremdbelegung**

bitte gesondert erfragen

### **Zimmerpreise für Eigenkurse**

<u>Vollverpflegung</u>		<u>Selbstverpflegung</u>
65,00 €	Einzelzimmer/Dusche/WC	40,00 €
55,00 €	Einzelzimmer/Etagendusche/WC	30,00 €
55,00 €	Doppelzimmer/Dusche/WC	30,00 €
45,00 €	Doppelzimmer/Etagendusche/WC	20,00 €
45,00 €	Ordensleute	20,00 €

### **Bankverbindung**

LIGA Bank eG Regensburg  
BIC GENODEF1M05  
IBAN DE65 7509 0300 0000 0566 69  
Kontoname Institut St. Dominikus - Exerzitienhaus





## Wegbeschreibung

### *Mit dem Auto*

- Von der **A 61** wechseln auf die **B9**
- Von der **B9**: Abfahrt Richtung  
**Speyer Universität - Vincentiuskrankenhaus**
- An der 1. Ampel rechts (= Freiherr-vom-Stein-Str.)
- Am Ende der Straße rechts (= Otto-Mayer-Str.)
- Nächste Straße links (= Nikolaus-von-Weis-Str.)
- Am Ende dieser Straße links (= Holzstr.)
- Nächste Straße links in die Vincentiusstr.
- Dann die dritte Hofeinfahrt links (= Vincentiusstr. 4)

### *Mit der Bahn*

#### Laufzeit etwa ½ Stunde

- Bahnhofstr. rechts Richtung Stadt gehen
- erste Straße rechts (= Obere Langgasse)
- am Ende über die linke Ampel gehen (= Dudenhofer Str.)
- rechts weiter gehen bis auf der linken Seite die  
Vincentiusstr. abbiegt (= Sackgasse)
- die Otto-Mayer-Str. überqueren, erste Hofeinfahrt rechts  
(= Vincentiusstr. 4)

#### Fahrtzeit mit der Buslinie 561 ca. 15 min

- Haltestelle Vincentiuskrankenhaus aussteigen
- in die Vincentiusstr. einbiegen
- zweite Hofeinfahrt links (= Vincentiusstr. 4)



**Institut St. Dominikus  
Exerzitienhaus  
Vincentiusstr. 4  
67346 Speyer  
06232/912-217 oder -222  
ex-haus@institut-st-dominikus.de**