

Fastenablaufplan zu den „Fastenwochen im Kloster St. Marienthal“

täglich gleich bleibende Zeiten

- 07.00 Uhr Heilige Messe (*Teilnahme möglich*)
 07.45 Uhr Morgengang (*Treff am Brunnen*) / Nordic Walking
 08.30 Uhr Morgentee im Propsteisaal
 09.15 Uhr geistlicher Impuls in der Klosterkirche
 12.00 Uhr Mittagsbrühe in der Klosterschenke
 12.30 Uhr bis 14.45 Uhr Mittagsruhe / optional Massagen möglich
 15.00 Uhr Tee im Propsteisaal
 18.00 Uhr Abendsäfte + Tee im Propsteisaal
 18.30 Uhr Fastengespräch
 19.00 Uhr Abendgang / Entspannung

Samstag Anreisetag / Entlastungstag

- bis 16.00 Uhr Anreise / Ankommen
 17.00 Uhr Vorstellungsrunde / Bekanntgabe Wochenprogramm (*Treff beim Klostermarkt*)
 18.00 Uhr Begrüßung durch Schwester Anna
 18.30 Uhr Abendessen in der Klosterschenke
 19.30 Uhr Einführung in das Fasten

Sonntag 1. Fastentag

zusätzlich zu den oben genannten täglich gleich bleibenden Zeiten

- 10.00 Uhr gemeinsam Glaubern + Zeit für Sich
 15.30 Uhr kleine Wanderung im Klosterforst

Montag 2. Fastentag

zusätzlich zu den oben genannten täglich gleich bleibenden Zeiten

- 09.30 Uhr Massagen möglich
 15.30 Uhr Klosterführung

Dienstag 3. Fastentag

zusätzlich zu den oben genannten täglich gleich bleibenden Zeiten

- 10.00 Uhr Nordic Walking / Wanderung
 16.00 Uhr Zeit für Sich
 19.30 Uhr Vorführung vom Klostervideo

Mittwoch 4. Fastentag

zusätzlich zu den oben genannten täglich gleich bleibenden Zeiten

10.00 UhrWanderung

15.30 UhrSchwesterngespräch

Donnerstag 5. Fastentag

zusätzlich zu den oben genannten täglich gleich bleibenden Zeiten

12.15 UhrWohlfühltag mit Schwimmen / Entspannen / eventuell Sauna (*Eigenanteil 6 Euro*)

19.30 UhrErnährung an den Auftautagen nach dem Fasten

Freitag 6. Fastentag / Fastenbrechen

zusätzlich zu den oben genannten täglich gleich bleibenden Zeiten

09.30 UhrMassagen möglich

12.00 UhrFastenbrechen

14.15 UhrStadtführung

19.30 UhrAbschlussgespräch

1. Auftautag / Abreisetag

08.30 UhrFrühstück

12.00 UhrMittagessen

13.00 UhrAbreise

Das Programm ist unser Angebot an Sie (*Änderungen vorbehalten*). Gern können Sie sich auch Ihre eigenen Freiräume schaffen. Bitte zu allen Spaziergängen, Fahrradausflügen und Wanderungen zu Trinken mitnehmen.

Es besteht selbstverständlich auch die Möglichkeit, in Eigenverantwortung den Aufenthalt zu verlängern, um das Erlebnis der Fastenwoche noch nachhaltig zu vertiefen. Allerdings ist dann die Fastenleiterin nicht mehr vor Ort, so dass Sie dann vollkommen – sowohl in der Verantwortung, als auch in der Durchführung – auf sich allein gestellt sind.

Sollten Sie noch Fragen zum Fastenablaufplan haben, bitten wir um Ihre Nachricht per Telefon, Fax oder E-Mail.

Kontakt / Informationen / Anmeldung zur Fastenwoche im Kloster St. Marienthal unter:

Gästeforte Abtei St. Marienthal

St. Marienthal 1

02899 Ostritz

Telefon : (03 58 23) 7 74 44

Fax : (03 58 23) 7 74 68

E-Mail : gaesteforte@kloster-marienthal.de

Homepage: www.kloster-marienthal.de