

## Basenfastenwoche 4. bis 8. März 2024 – Pfarre Schwanenstadt

Informationsabend am 15. Februar 2024, 19:30 Uhr im Pfarrheim

### Wir laden zu folgenden Treffen ein (nicht verpflichtend)

Tag	Vormittag	Nachmittag
Montag, 4. März	8.30 – 9.30 Uhr: achtsamer Tagesbeginn und Impuls für den Tag, mit Austausch Marienkapelle, Monika Pöll	18.00 Uhr: Strömen Marienkapelle, Andrea Trauner
Dienstag, 5. März	8.30 – 9.30 Uhr: achtsamer Tagesbeginn mit YinYoga und Impuls für den Tag Marienkapelle, Martina Hartl	15.30 Uhr: gemeinsames Gehen Treffpunkt: Philippsbergkirche, Eva Hafner
Mittwoch, 6. März	8.30 – 9.30 Uhr: achtsamer Tagesbeginn mit QiGong-Übungen und Impuls für den Tag Marienkapelle, Elisabeth Schobesberger	18.00 Uhr: Heilsames Singen und Meditieren Marienkapelle, Elisabeth Schobesberger
Donnerstag, 7. März	8.30 – 9.30 Uhr: achtsamer Tagesbeginn und Impuls für den Tag, mit Austausch Marienkapelle, Monika Pöll	18.00 Uhr: YinYoga Marienkapelle, Martina Hartl
Freitag, 8. März	8.30 – 9.30 Uhr: achtsamer Tagesbeginn mit Strömen und Impuls für den Tag Marienkapelle, Elisabeth Schobesberger und Andrea Trauner	17.00 Uhr gemeinsam Essen in Stille danach: Abschluss – Austausch, Tanzen und Info über Auftage Pfarrsaal, Team Basenfastenwoche

Unkostenbeitrag pro Person: € 60,00

Anmeldung bis 18. Februar 2024 im Pfarrbüro oder unter [elisabeth.schobesberger@dioezese-linz.at](mailto:elisabeth.schobesberger@dioezese-linz.at) oder 0676/8776 5826