



TANKSTELLE FÜR DIE SEELE

Die Besinnungstage sind eine Woche Zeit, um bewusst aus dem gewohnten Lebensrhythmus und Alltag auszusteigen, um die Aufmerksamkeit auf mein Leben und Gott zu richten, mich neu zu orientieren, in Balance zu kommen, Kraftquellen zu erkennen und neu aufzutanken.

Elemente dieser Tage werden sein: spirituelle Impulse, Austausch, biblische Entdeckungen, singen, beten und Zeit haben. Außerdem wollen wir teilweise mit Nordic Walking unterwegs sein – wir beginnen mit einer Einführung für alle.

Nordic Walking ist ein gelenkschonendes Ganzkörpertraining, das Herz-Kreislauf-System und Muskulatur stärkt. Durch den Einsatz der Stöcke wird die Haltung verbessert, Verspannungen gelöst und die Koordination geschult. Zudem wirkt sich die Bewegung an der frischen Luft positiv auf das Wohlbefinden und den Stressabbau aus.

Mitarbeiter:innen in kirchlichen Einrichtungen können „exerzitienfrei“ beantragen.

In Kooperation mit dem Referat Spirituelle Bildung und dem Exerzitienwerk.

TERMIN:

Mo. 27. April 2026, 14.00 Uhr bis
Fr. 1. Mai 2026, 10.00 Uhr

TAGUNGSORT:

Haus Maria Lindenberg
Lindenbergstr. 25, 79271 St. Peter

LEITUNG:

Philip Riedschy, Kirche und Sport, Bistum Speyer
Walburga Wintergerst, Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen: Senioren | Bibel und Leben

KOSTEN:

390 € Zimmer mit DU/WC, Vollpension
Es entstehen evtl. noch Materialkosten.
(Es kann bis zu 30 % Zuschuss beim Exerzitienwerk beantragt werden.)

ANMELDUNG bis 28. Jan. 2026 an:

Bischöfliches Ordinariat
Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen
Webergasse 11, 67346 Speyer
E-Mail: bibel@bistum-speyer.de
Telefon: 0 62 32/102-316

[Hier geht's direkt zum Anmeldeformular](#)

27.4. bis
1.5.2026

ANMELDUNG „Tankstelle für die Seele“, 27.4. – 1.5.2026

Name

Adresse

Mail Tel.

Ich bin damit einverstanden, dass meine Adresse in der Liste der Teilnehmenden steht und zur Bildung von Fahrgemeinschaften an die Gruppe verschickt wird.

Ich bringe meine eigenen Nordic-Working-Stöcke mit.

Ich esse vegetarisch.

Unterschrift