

Termin:

Freitag, 7.8. bis Sonntag, 16. 8.2026

Leitung:

Michaela Pfaffenbichler
Tanzleiterin „Bibel getanzt“
A-6911 Lochau

Gesprächsbegleitung:

Sr. Magdalena Morgenstern
Pfr. Frank Aschenberger, Hamburg
(Sr. Maria Illich)

Ort:

Haus Werdenfels
Waldweg 15, Eichhofen
93152 Nittendorf bei Regensburg

Beginn:

Freitag, 18.00 Uhr mit dem Abendessen

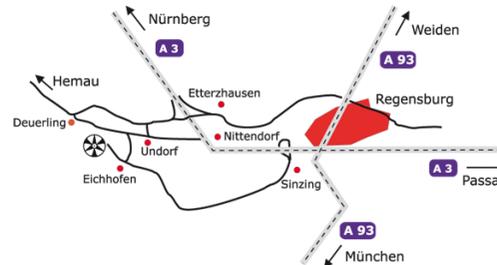
Ende:

Sonntag nach dem Mittagessen

Unterkunft/ Verpflegung:

EZ mit DU/WC 638,00
EZ ohne DU/WC 585,00

Kursgebühr: € 410,-

**Wie Sie zu uns kommen können****Mit dem Auto**

erreichen Sie Haus Werdenfels am besten über die Autobahn A3 Regensburg-Nürnberg. Bei der Ausfahrt Nittendorf rechts Richtung Hemau abbiegen, nach einigen Metern links und dann gleich wieder rechts Richtung Undorf abzweigen. Nun den Hinweisschildern „Haus Werdenfels“ folgen.

Beim Netto-Markt links Richtung Eichhofen abbiegen und in Loch nach einer Brücke rechts Richtung Haus Werdenfels fahren.

Mit dem Zug

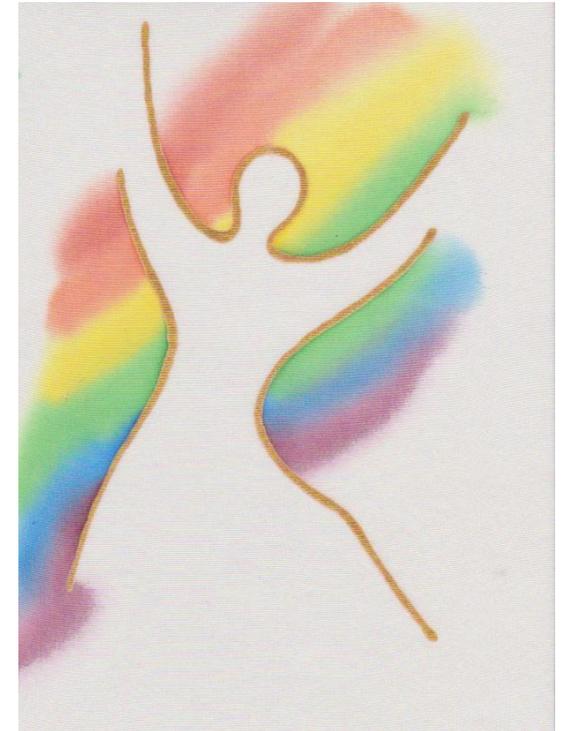
Auch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln lässt sich Haus Werdenfels gut erreichen. Mit der Bahn fahren Sie bis zum Bahnhof in Undorf, wo sie unser hauseigener Shuttle-Service (nach vorheriger Anmeldung) gerne abholt. Wenn Sie zu Fuß gehen möchten, sind Sie ca. 30 Minuten unterwegs.

Mit dem Bus

Ab Regensburg können Sie auch den Bus Nr. 28 Richtung Hemau nehmen. Haltestelle ist Undorf-Abzweigung Eichhofen. Von hier aus sind es noch ca. 20 Minuten zu Fuß zum Haus Werdenfels. Informieren Sie sich hier über den Fahrplan bei den [Regensburger Verkehrsbetrieben](#).

Tanzexerziten

**im Haus
Werdenfels**



**7.-16. August
2026**

Tanzexerziten „Bibel getanzt“

sind eine Exerzitienform, die von der Dominikanerin Sr. M. Monika Gessner OP entwickelt wurde. Elemente aus den klassischen Einzelexerzitien werden mit dem meditativen Tanzen verbunden. 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...

Diese Tage 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.

Dazu hilft ein fester Tagesablauf, der neben Elementen für die Gruppe auch Raum zum eigenen Gestalten eröffnet.

Gemeinsame Zeiten für die Gruppe

7.30 Uhr - 8.30 Uhr	Tanz – Einstimmung in den Tag
8.30 Uhr	Frühstück
11.00 Uhr - 11.50 Uhr nach Wunsch	Tanz - Tänze
12.00 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr - 15.00 Uhr	Kaffee/Tee
17.15 Uhr	Messfeier (freiwillig)
18.00 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr	Tanz – Tagesausklang

Weitere Elemente sind:

- ein Tanztag zu Beginn der Exerzitien
- 7 Tage durchgehendes Stillschweigen (ab Samstagabend)
- täglich 3 feste Tanzzeiten
- dazwischen täglich 2- 3 Stunden Zeit für Gebet, Meditation, Kontemplation
- ein tägliches Einzelgespräch mit der Exerzitienbegleitung
- ein getanzt Abschluss am letzten Tag der Exerzitien

Welche Voraussetzungen sind notwendig?

- ❖ Freude am Tanzen
- ❖ die Bereitschaft, sich einzulassen
 - auf einen festen Tagesablauf
 - auf eine Woche im Schweigen
 - auf neue Erfahrungen
 - auf Einzelgespräche
- ❖ ein Vorgespräch mit der Leiterin

Wer kann sich anmelden?

Alle, die sich auf Tanzexerzitien einlassen möchten; Frauen und Männer - ob zu einem Orden gehörend, verheiratet oder alleine lebend, Menschen mit oder ohne Tanzerfahrung und jeden Alters.

Mitzubringen:

Bibel
Schuhe, die zum Tanzen geeignet sind
Schreibzeug

Anmeldung: bis 3.8.2026

anmeldung@haus-werdenfels.de

<https://app.seminarmanagercloud.de/exerzitien-und-bildungshaus-werdenfels/buchungsportal/tanzexerzitien-gott-begegnen-im-tanz-bibel-getanzt-460a277456b447baaab4cf4db333d7df/teilnahme/anmelden>