

Die Volkshochschule Klappholtal

Klappholtal, die Akademie am Meer, liegt zwischen den Nordseebädern Kampen und List am Rand des Nordsylter Naturschutzgebietes, unmittelbar hinter dem Weststrand der Insel und inmitten der einmaligen Dünenlandschaft. Die Volkshochschule Klappholtal ist eine Stätte der Jugend- und Erwachsenenbildung. Sie ist eine der ältesten Volkshochschulen in Schleswig-Holstein (bereits 1919 gegründet). Träger der Institution ist der gemeinnützige Verein „Nordseeheim Klappholtal e.V.“.

Anreise

Etwa vier Kilometer nördlich von Kampen zweigt von der Landstraße der Privatweg nach Klappholtal ab. Die Akademie am Meer ist auch mit Bus (Linie 1) oder Taxi von Westerland aus zu erreichen. Nicht alle Busse fahren direkt dorthin, einige nur bis zur Haltestelle Vogelkoje (Abzweigung Klappholtal). Von dort sind es 800 m zu Fuß nach Klappholtal. Für Personenwagen steht ein Parkplatz zur Verfügung.

Unterkünfte und Mahlzeiten

Die Gäste wohnen in einfachen, aber behaglich eingerichteten Einzel-, Doppel- oder Mehrbetthäusern. Die Häuser liegen verstreut im akademieeigenen Dünengebiet, das 7,5 ha umfaßt. An der Rezeption im Verwaltungsgebäude liegen die Zimmerschlüssel für Sie bereit. Am Abreisetag räumen Sie bitte die Zimmer bis 10.00 Uhr. Soweit nicht im Programm anders vermerkt, steht das Frühstück um 9.00 Uhr, das Mittagessen um 13.15 Uhr, das Abendessen um 18.30 Uhr im Haus Uthland bereit.

Teilnahme

Die Gebühr für die Teilnahme an dem Seminar beträgt 130,- Euro. Hinzukommen Kosten für Unterkunft und Verpflegung von 57,- Euro pro Tag. Der Zuschlag für ein Einzelzimmer beträgt 9,- Euro pro Übernachtung. Zuzüglich Kurtaxe 1,50 Euro pro Tag. Die Seminarteilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung der Teilnehmer. Bitte melden Sie sich umgehend an.

Akademie am Meer

Volkshochschule Klappholtal

25992 List/Sylt

Telefon: (04651) 955 0

Telefax: (04651) 955 55

e-mail: info@akademie-am-meer.de

Akademie am Meer Volkshochschule Klappholtal auf Sylt



**„...mehr als der Sand..“ - Meditation und
Naturerfahrung**

Leitung:
Irmgard Lenk und Wolfgang Lenk

16. Oktober bis 20. Oktober 2010

„...mehr als der Sand..“ - Meditation und Naturerfahrung

Dieser Kurs lädt ein, Grundelemente des Meditierens im Raum wie draußen in der Natur kennenzulernen, einzuüben bzw. zu vertiefen.

Arbeitsformen

Qi Gong, Gehen, meditativer Tanz, Naturerfahrung mit allen Sinnen, allein und in Gemeinschaft nachsinnen und kreativ gestalten, Sitzen in der Stille, christliche Rituale.

Leitung

Irmgard Lenk, Gestalttherapeutin (DVG, HPG),
Meditationslehrerin und Kontemplationsbegleiterin (VC)

Wolfgang Lenk, Theologe, Pastor i. R., Meditations- und
Kontemplationslehrer (VC)

Veröffentlichungen: „Christliche Feste meditativ erfahren“,
Wolfgang Lenk in Zusammenarbeit mit Ellen Kubitzka und
Irmgard Lenk, Benziger Verlag 1999 (z.Z. vergriffen),
„Endlich Zeit für Meditation“, , Wolfgang Lenk, Lutherisches
Verlagshaus Hannover, 2007

Wolfgang Lenk
Seminarleiter

Hartmut Schiller M.A.
Akademieleiter

Zeitplanung (Änderungen vorbehalten):

Samstag, 16. Oktober 2010

- 15.00 Anreise und Vergabe der Zimmer im Volkshochschulbüro
- 18.30 Abendessen
- 19.30 Einführung

Sonntag, 17. Oktober bis Dienstag 19. Oktober 2010

- 8.00 Erste gemeinsame Zeit zur Meditation (Bewegung und Sitzen, Morgenlob)
- 9.00 Frühstück
- 10.00 Zweite gemeinsame Zeit zur Meditation (Impuls zum Thema, Bewegung und Sitzen), anschließend: persönliche Stille in der Natur
- 13.15 Mittagessen (auch als Lunchpaket möglich)
- 17.00 Dritte gemeinsame Zeit zur Meditation (Bewegung und Sitzen), anschließend: persönliche Stille in der Natur
- 18.30 Abendessen
- 19.30 Vierte gemeinsame Zeit zur Meditation (Bewegung und Sitzen)

Mittwoch, 20. Oktober 2010

- 8.00 Gemeinsame Zeit zur Meditation (Bewegung und Sitzen, Feier der Eucharistie)
- 9.00 Frühstück
Abreise