

Ablauf Fastenwoche



Anreisetag

18:00 Uhr Willkommenrunde und „Glauberzauber“

Fünf Fastentage

8:30 Uhr	kleine Morgenbewegung im Freien
9:00 Uhr	Morgenrunde mit heißem Haferwasser Tee, Ingwer, Zitrone
11:00 Uhr	Wanderung mit Honigpause
Nachmittag	Zeit für Ruhe und eigene Bedürfnisse
17:00 Uhr	Entspannungsangebote
18:30 Uhr	Abendrunde mit frisch gekochter Gemüsebrühe Informationsangebote rund um die Gesundheit

Abreisetag

9:00 Uhr Fastenbrechen
Veranstaltungsende gegen 11 Uhr

Chorgebete

Die Gebete der Klosterschwestern finden in der Klosterkirche statt.
Die Chorgebete sind öffentlich und alle sind herzlich dazu eingeladen.

Die Gebetszeiten lassen sich bis auf das Mittagsgebet
gut in den Fasten-Tagesablauf integrieren.

6:45 Uhr	Laudes
8:00 Uhr	Messe
11:45 Uhr	Mittagsgebet
17:30 Uhr	Vesper
19:45 Uhr	Komplet