

Referenten



Dr. Wolfgang Schuhmacher ist Leiter des Hotels Wildbad Rothenburg o.d.T., Theologe und evangelischer Pfarrer, Erwachsenenbildner und Lehrbeauftragter für christliche Spiritualität am Fachbereich Praktische Theologie der FAU Erlangen-Nürnberg.

Seit Anfang der 1980er Jahre praktiziert er christliche Meditation und christliches Yoga. Als Pfarrer, zertifizierter Yogalehrer AYI®, Meditationslehrer und ausgebildeter Anleiter für christliche Meditation verbindet er in seiner persönlichen Praxis wie auch in Seminaren seit vielen Jahren den Weg christlichen Lebens mit der Praxis des Yoga wie der Meditation als Formen christlicher Kontemplation im Alltag. In seinen Seminaren zur christlichen Lebenskunst gibt er praktische und inhaltliche Anregungen, die Menschen für den je eigenen spirituellen Weg hilfreich sein können.



Maria Rummel hat Erwachsenenbildung studiert, die Zertifikation in Biographiearbeit erworben und die Ausbildung zur qualifizierten Pilger- und Trauerbegleiterin abgeschlossen. In Vorträgen, Gesprächskreisen und

beim Pilgern lädt sie ein, den bisherigen Lebensweg zu reflektieren, und daraus neue Möglichkeiten und Perspektiven für die Zukunft zu entwickeln.

Arrangementpreis



Kosten für Unterkunft, Verpflegung, inklusive des Seminarangebotes:

537 EUR p. P.
im Doppelzimmer

617 EUR p. P.
im Einzelzimmer

Teilnahme inklusive Verpflegung und Seminarangebot, jedoch ohne Übernachtung:

385 EUR p. P.

Bei einer Anmeldung bis zum 31. März 2025 profitieren Sie von unserem Frühbucherrabatt und sparen 60 EUR bei Übernachtung im Einzelzimmer 50 EUR bei Übernachtung im Doppelzimmer 30 EUR bei Buchung ohne Übernachtung

Weitere Informationen zum Seminar senden wir Ihnen gerne zu, erfahren Sie auf unserer Homepage oder über unsere Social-Media-Kanäle.

Sonderkost auf Anfrage und gegen Aufpreis möglich. Zahlung bei Tagungsbeginn.



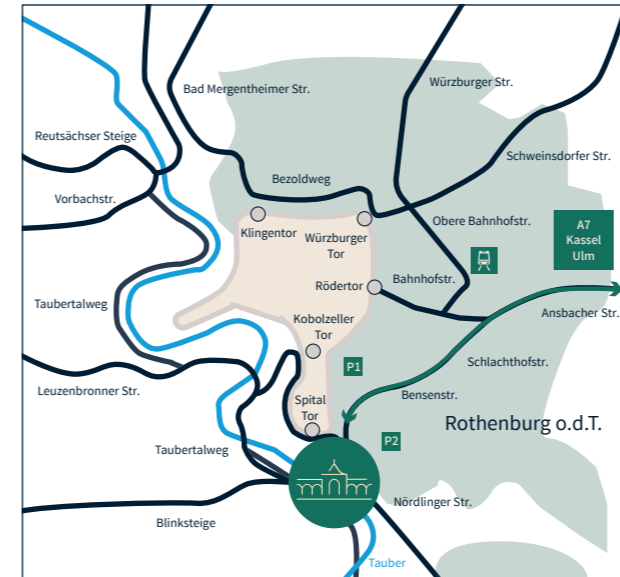
**WILDBAD
ROTHENBURG**
O.D.T.

Wildbad Rothenburg o.d.T.

Taubertalweg 42
91541 Rothenburg o.d.T.

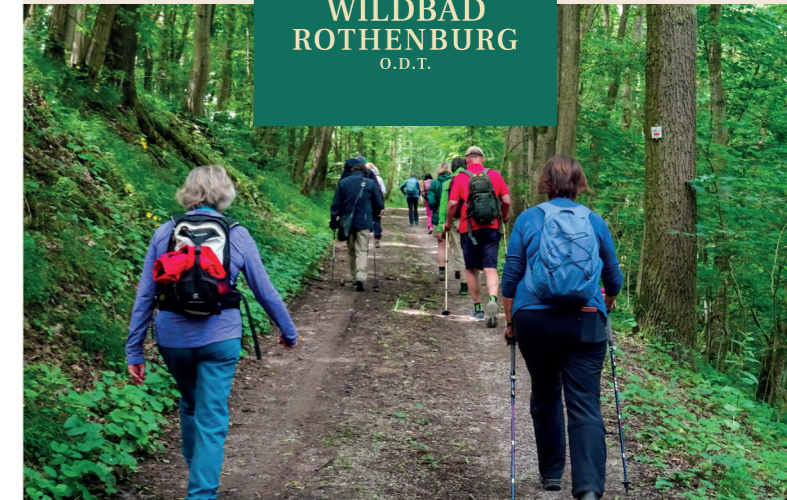
Tel.: +49 9861.977-0
Fax: +49 9861.2605

E-Mail: info@wildbad.de
Internet: www.wildbad.de



Herausgeber:
Schlosshotel Hellenstein GmbH
Eine Tochter der Stadtwerke Heidenheim AG - Unternehmensgruppe
Meeboldstraße 1, 89522 Heidenheim | Tel.: 07321.328-0 | Fax: 07321.328-181
info@stadtwerke-heidenheim.de | www.stadtwerke-heidenheim.de
Bilder: Hotel Wildbad Rothenburg o.d.T.; ©Dietmar Denger; ©Petra Kellner

**WILDBAD
ROTHENBURG**
O.D.T.



Yoga - Pilgern - Achtsamkeit



01. bis
05. Juni
2025

Yoga – Pilgern – Achtsamkeit

mit Maria Rummel und Dr. Wolfgang
Schuhmacher

Seit Urzeiten sind Menschen unterwegs: Zu sich selbst, zu Gott, zur Welt, zu Mitmenschen, auf der Flucht, in den Urlaub, auf der Suche nach Gesundheit und vielem anderen mehr.

Innere Ruhe durch Bewegung, die Seele baumeln lassen und die Natur genießen. Diese Erfahrung schenkt die Woche Yoga – Pilgern – Achtsamkeit.

Seminar-Thema „Schweige und höre“

Es öffnen sich neue spannende und interessante Aspekte für dein Leben und du erfährst Stärkung für deinen Weg im Alltag. Pilgernde Menschen erfahren immer wieder, es ist nicht das Ziel, das zählt. Es ist der Weg, auch wenn das Ziel dich zum Gehen und zum Yoga veranlasst hat! Erstaunliche Wandlungen geschehen und manchmal richtet sich mein Leben ganz neu aus.

Maria Rummel und Wolfgang Schuhmacher laden dich herzlich zu diesem Weg der persönlichen und gemeinsamen Erfahrung ein.

**Yoga – Pilgern – Achtsamkeit
aus der Reihe christliche Lebenskunst.**



Programm



Sonntag, 01. Juni 2025

- 14:00 Ankommen
- 14:15 Kaffee
- 15:00 Möglichkeit zum Besuch eines Konzertes aus der Reihe „Kultur sonntags um drei“
- 16:30 Runde zum Ankommen Einführung in Yoga – Pilgern – Achtsamkeit
- 17:15 Yoga – Pilgern – Achtsamkeit – leichte Yogapraxis zum Ankommen
- 18:30 Abendessen
- 19:30 Impulsvortrag: Yoga – Pilgern – Achtsamkeit
Christliche Lebenskunst – eine Einführung die Kraft des Atems und der Stille Meditation
Abendsegen anschließend gemütliches Beisammensein

Montag, 02. Juni 2025

- 07:30 Achtsam bewegen – christliche Yogapraxis am Morgen mit Segen
- 09:15 Frühstück
- 10:30 Pilgernd auf dem Weg
Wir gehen durch das Schandtaubertal nach Bettenfeld und über Lohr zurück zum Wildbad (ca. 16,5 Kilometer)
- 18:00 Abendessen – Wildbadmenü mit 3 Gängen
- 19:30 Die Kraft der Stille Meditation Abendsegen anschließend gemütliches Beisammensein

Dienstag, 03. Juni 2025

- 07:30 Achtsam bewegen – christliche Yogapraxis am Morgen mit Segen
- 09:15 Frühstück
- 10:30 Pilgernd auf dem Weg
Wir gehen durch das Tiefenbachtal Richtung Burgbernheim (ca. 15 km)
- 18:00 Abendessen – Wildbadmenü mit 3 Gängen
- 19:30 Die Kraft der Stille Meditation Abendsegen anschließend gemütliches Beisammensein

Mittwoch, 04. Juni 2025

- 07:30 Achtsam bewegen – christliche Yogapraxis am Morgen mit Segen
- 09:15 Frühstück
- 10:30 Pilgernd auf dem Weg
Wir laufen durch das Steinbachtal zum Lindleinsee bei Schweinsdorf und dann über Rothenburg zurück zum Wildbad (ca. 12,5 Kilometer)
- 18:00 Abendessen – Wildbadmenü mit 3 Gängen
- 19:30 Die Kraft der Stille Meditation Abendsegen anschließend gemütliches Beisammensein

Donnerstag, 05. Juni 2025

- 07:30 Achtsam bewegen – christliche Yogapraxis am Morgen mit Segen
- 09:15 Frühstück
- 10:30 Auf dem Weg – was ich noch sagen wollte
- 11:15 Pause mit Tee und Obst
- 11:30 Mit Leib und Sinnen loben – meditativer Gottesdienst mit Abendmahl im Grünen
- 12:30 Mittagessen anschließend Heimreise

INFO:

- Bitte einpacken: Geeignete bequeme Kleidung (Sportkleidung – nach eigenem Temperaturempfinden) – für Yoga und Meditation. Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Tagesrucksack, Regen- und Sonnenschutz. Eigene Yogamatte, Decke und kleines Kissen für Yogaübungen.
- Alle Pilgerwanderungen beginnen im Wildbad.
- Inklusive Pilger-Lunchpaket, Getränke für den Tag.
- Regelmäßige Geh- und Trinkpausen zur Erholung, mit neuen Impulsen und Achtsamkeits- bzw. Yogaübungen.
- Gute konditionelle Verfassung für eine Wegstrecke von bis zu 16 Kilometer ist von Vorteil.

**ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS
FREITAG, 09. MAI 2025**

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zum Seminar „Yoga – Pilgern – Achtsamkeit“ vom 01. bis 05. Juni 2025 im Wildbad Rothenburg o.d.T. an:

Name Vorname

Alter Beruf

Telefon

E-Mail

PLZ Wohnort

Straße Hausnummer

Zimmerwunsch: Doppelzimmer Einzelzimmer

Besondere Wünsche:

Vegetarisches Essen: ja nein

Ich bin mit der Verarbeitung und Speicherung der Daten durch die Veranstalter einverstanden; Daten werden keinesfalls weitergeben.

Datum Unterschrift

Anmeldung per E-Mail gerne an: info@wildbad.de

Du möchtest über unsere Veranstaltungen informiert werden?
Melde dich ganz einfach über unsere Website zum Newsletter an.