



**(Weihnachts-) G r u ß  
aus dem Haus Johannisthal  
und  
Programm 2024**

Mit diesen Advents- und Weihnachtsgrüßen für erwärmende und erbauliche Festtage erhalten Sie unser Jahresprogramm 2024.

Was für 2024 nicht schon alles geplant ist: Eishockey-Weltmeisterschaft (ab 10. Mai), Fußball-Europameisterschaft (ab 14. Juni), Europawahl (9. Juni), Katholikentag in Erfurt unter dem Motto „Zukunft hat der Mensch des Friedens“ (29. Mai – 2. Juni)...

Übrigens: Am 25. April ist Welt-Pinguin-Tag. Bei Pinguinen denke ich an ein „Gleichnis“ von Eckhard von Hirschhausen. Darin zählt er auf, worin ein Pinguin seine Vor- bzw. Nachteile hat. Unschlagbar ist er dann, wenn er sich im Wasser, in „seinem Element“ tummeln kann.

In „seinem Element“ sein! Das ist es!  
Um Sie / Dich in dieser Hinsicht zu fördern, zu unterstützen, bieten wir von Oasen- und Einkehrtagen und (über) Exerzitien, (bis zu)



Kurse(n) zur Gesundheit und Persönlichkeitsentwicklung wieder Einiges, auch ganz Neues (Altbewährtes, aber auch ganz Neues), an. Überzeugen Sie sich bitte selbst. Sie finden hier einen Überblick über unser Jahresprogramm 2024. Per Mail oder auf der Homepage informieren wir Sie gerne, sobald sich Ergänzungen oder Veränderungen ergeben.

Gute Feiertage und viele Tage anno 2024, in denen Sie weitgehend in „Ihrem Element“ sein können, wünscht Ihnen

*Manfred Strigl*

*Simon Staschewski*

**Manfred Strigl mit Simon Staschewski und dem Johannisthaler Team**

Nachfolgend unser Jahresprogramm. In der Regel beginnen mehrtägige Kurse um 18:00 Uhr, Tageskurse um 09:00 Uhr. Ausnahmen sind mit (\*) gekennzeichnet. Genaue Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.haus-johannisthal.de](http://www.haus-johannisthal.de).

### **"Tanz ist Kraft - Tanz und die Kraft ist in dir!"**

Die Tür zum Inneren Kraftwerk öffnen.

mit Maria Luise Zant

14.01.24

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 25,00 €

### **Vor anderen aufzutreten, kann man lernen**

Coaching zum Sprechen vor größeren Gruppen

mit Roland Kusche

20.01.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 90,00 €

### **Verzaubern durch Vorlesen**

Coachingseminar mit Dr. Lioba Faust

20.01.24

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 105,00 €

### **Zentangle®**

Besinnliche Übungen mit dem Stift

mit Claudia Fießinger

20.01.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 50,00 €

### **Du bist da, immer da**

Besinnungswochenende für Frauen mit Maria

Rehaber-Graf

26.01.24, 18 bis 28.01.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 25,00 €

### **„Selig die Staunenden ...“**

Mitten im Alltag die Fülle des Lebens neu entdecken

Besinnlicher Nachmittag mit Diakon M. Schraml

03. 02. 24 (\*)

Kursgebühr mit Kaffee und Kuchen: 12.50 €

### **"Meine Lebenskraft bringt er zurück" (Psalm 23)**

Heilende Begegnung mit Ulrike Prucker-Pöllath

04.02.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 35,00 €

### **Wickel und Auflagen für zu Hause**

Naturkeilkundekurs

mit Petra Schuss und Carmen Müller

09.02.24, 18 bis 11.02.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 50,00 €

### **"Liebevolle Zwiesprache"® und "MBSR-Achtsamkeit"**

Umgang mit Stress und belastenden Gefühlen

mit Bernadette Pöllath

09.02.24 bis 11.02.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 125,00 €

### **"Hagios"**

Meditativer Tanztag zur Musik von Helge Burggrave

mit Gotthard und Ingrid Haushofer

10.02.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 30,00 €

### **Meine Freude ... meine Kraft**

Faschingsbesinnungstage

mit Manfred Strigl und anderen

10.02.24 bis 14.02.24

Kosten: 255,50 € Kursgebühr: 35,00 €

### **Aschermittwoch der Frauen**

Besinnungstag

mit Maria Rehaver-Graf und Kathrin Karban-Völkl

14.02.24, Kursgebühr: 25,00

### **"Konzentriert auf Ostern zu!"**

Besinnungstage zum Start in die Fastenzeit

mit Manfred Strigl und anderen

14.02.24 bis 16.02.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 25,00 €

### **Ukulele - die freundlichste Minigitarre der Welt**

Musikkurs mit Alexander Tchelebi

16.02.24 bis 17.02.24

Kosten: 70,50 € Kursgebühr: 40,00 €

## **Trommeln**

Trommel- und Rhythmusworkshop  
mit Alexander Tchelebi

17.02.24 bis 18.02.24 (\*)

Kosten: 89,00 € Kursgebühr: 50,00 €

## **Feel the Rhythm - Afrikanisch Trommeln intensiv**

Trommel- und Rhythmusworkshop  
mit Carola Burger

24.02.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 48,00 €

## **Zeit für mich selbst - Eine Auszeit für Frauen**

Abschalten - zur Ruhe kommen - neue Kraft tanken  
mit Eleonore Pospiech

26.02.24 bis 29.02.24

Kosten: 200,50 € Kursgebühr: 240,00 €

## **Aller Anfang ist schwer...**

Gemeinsam den Einstieg ins Fasten schaffen!  
mit Angelika Seidl

29.02.24 bis 03.03.24 (\*)

Kosten: 171,00 € Kursgebühr: 130,00 €

## **Meine Seele lechzt nach Dir... (nach Psalm 42)**

Einzelexerzitien mit Manfred Strigl

04.03.24 bis 08.03.24

Kosten: 269,00 € Kursgebühr: 30,00 €

## ***Ein neues Thema für einen Einkehrtag 2024 mit Manfred Strigl:***

**„Fang Nie an aufzuhören, hör nie auf anzufangen!“**

Biblische und geistliche Impulse für den Alltag

## **Mensch sein – Christ sein – frei sein**

Exerzitien im Alltag online mit Maria Rehaber-Graf  
und Karl Schreier

Einführung am 07.02.24

### **Boxenstopp**

Tage der Besinnung für Paare  
mit Sonja Schramm

15.03.24 bis 17.03.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 115,00

### **Zentangle® - Die kreative Reise geht weiter...**

Aufbaukurs Reticula und Fragmente  
mit Claudia Fießinger

16.03.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 50,00 €

### **Hosianna in der Höh', rufen wir dir, Jesus zu!**

Familienwochenende  
mit Julia Schwarzmeier-Moises

22.03.24 bis 24.03.24

Kosten: 100,00 € Kursgebühr: 0 €

### **Atmen - Schweigen - Sein, Besinnliche**

Atemtage mit Sr. Bärbel Thomä

25.03.2024 bis 28.03.24 (\*)

Kosten: 205,50 € Kursgebühr: 100,00 €

### **Auferstehung denken – Ostern glauben**

Feier der Kar- und Ostertage

Dr. Tobias Nicklas, Dir. Manfred Strigl

27.03.24 bis 30.03.24 oder 31.03.24

bis 30.3.: Kosten: 205,50 €; bis 31.3.:

Kosten: 255,50 € Kursgebühr: 30,00 €

### **Zeit für Ostern. Zeit für dich!**

Kartage für junge Erwachsene mit Markus Libon

28.03.2024 bis 31.03.2024

Kosten: bis 30.08.24: 145,50 € (Studierende: 107,50 €)

bis 31.03.24: 187,00 € (Studierende: 133,25 €)

Kursgebühr: 30,00 €

### **Das innere Kind im Enneagramm**

Coaching zum individuellen Entwicklungsweg  
mit Wally Kutscher

12.04.2024 bis 14.04.2024

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 70,00 €

### **Feel the Rhythm - Afrikanisch Trommeln intensiv**

Trommel- und Rhythmusworkshop  
mit Carola Burger

13.04.2024 bis 14.04.2024 (\*)

Kosten: 89,00 € Kursgebühr: 75,00 €

### **Ein Bildungswochenende nur für dich**

mit Julia Schwarzmeier-Moises

19.04.24 bis 21.04.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 20,00 €

### **Begegnungstag für Trauernde**

mit Dr. Holzschuh

20.04.24; Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 10,00 €



### **Aufblühen**

Seniorentage mit Manfred Strigl und anderen

22.04.24 bis 25.04.24

Kosten: 205,50 € Kursgebühr: 30,00 €

### **In kraftvoller Verbindung mit Dir – Mehr präsent und leichter sein**

Persönlichkeitsentwicklung mit Cornelia Zuk

22.04.24 bis 23.04.24 (\*)

Kosten: 94,00 € Kursgebühr: 120,00 €

## **Enneagramm**

Einführungskurs mit Thomas Peter

26.04.24 bis 28.04.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 80,00 €

## **Alle meine Quellen**

Auftank- und Naturtage im Frühling

mit Carola Burger

27.04.24 bis 28.04.24 (\*)

Kosten: 89,00 € Kursgebühr: 50,00 €

## **Theologie des Herzens**

Bildungstage

mit Prof. Dr. Hanna-Barbara Gerl-Falkowitz

vom 03.05.24 bis 05.05.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 70,00 €

## **Älter werden – weiser werden?**

Bildungstage mit Eleonore Pospiech

06.05.24 bis 09.05.24

Kosten: 200,50 € Kursgebühr: 240,00 €

## **Still werden inmitten von allem Lebendigen**

Waldexerziten mit Marina Fischer

08.05.24 bis 12.05.24

Kosten: 255,50 € Kursgebühr: 25,00 €

## **Meditation in Bewegung**

Entdeckungstour auf dem E-Bike

mit Manfred Strigl

08.05.24 bis 12.05.24

Kosten: 269,00 € Kursgebühr: 30,00 €

## **Die Liebe durchströmt das All**

Ein Wochenende mit Hildegard von Bingen

mit Karin Gonzalvo

11.05.24 bis 12.05.24 (\*)

Kosten: 89,00 € Kursgebühr: 80,00 €



### **Exerzitien mit Axelle Mouret**

23.05.2024 bis 26.05.2024

Anmeldung: kuehner.elisabeth@gmx.de

Übernachtung, Verpflegung und Kursgebühr: 259,00 €

### **Jede Begegnung lädt uns ein zu uns selbst!**

Selbsterfahrungs-Tage mit Eleonore Pospiech

27.05.24 bis 30.05.24 (\*)

Kosten: 200,50 € Kursgebühr: 240,00 €

### **Der abendländische Bogenweg**

Bogenschießen für Seele & Körper

mit Andreas Ehmann

14.06.24 bis 16.06.24 (\*)

Kosten: 155,00 € Kursgebühr: 160,00 €

### **NaturErleben – mit allen Sinnen**

Erlebnistag mit Cornelia Hoffmann und Teresa Ruf

22.06.2024;

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 10,00 €

### **Bibel getanzt**

Einzelexerzitien mit meditativem Tanz

mit Sr. Monika Gessner

22.06.24 bis 30.06.24

Kosten: 492,00 € Kursgebühr: 538,00 €

Anmeldung per e-mail an:

sr-monika@institut-st-dominikus.de

### **Die eigene Resilienz stärken**

Coaching mit Andrea Nitzsche

29.06.24

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 70,00 €

### **Evangelium nach Johannes**

Vortragsexerzitien mit Schweigen

mit Pater Bobby VC und Team

05.07.24 bis 09.07.24 (\*)

Kosten: 274,00 € Kursgebühr: 121,00 €

Anmeldung: kraus.monika@onlinehome.de

### **Das Lied, das meine Seele singt**

Gospelworkshop mit Jimmy Brooks Potratz

12.07.24 bis 14.07.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 60,00 €

### **Festhalten und Loslassen - Alles hat seine Zeit**

Exerzitien mit Bogenschießen

mit Dr. Alexander Ullrich und Dir. Manfred Strigl

15.07.24 bis 18.07.24

Kosten: 200,50 € Kursgebühr: 75,00 €

### **Sag ja zu dir selbst**

Persönlichkeitsentwicklung

mit Sonja Schraml

02.08.24 bis 04.08.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 115,00 €



### **Wir wollen gehen im Licht**

Wanderexerzitien

mit Maria Rehaber-Graf und Bettina Rögner

05.08.24 bis 09.08.24 (\*)

Kosten: 274,00 € Kursgebühr: 85,00 €

### **Afrikanisch Trommeln im Sommer**

Trommel- und Rhythmusworkshop

mit Carola Burger

10.08.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 45,00 €

### **Gottes herrliche Natur erfreut das Herz**

Geistliche Erholungstage mit Manfred Strigl

16.08.24 bis 18.08.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 25,00 €

### **Prayer Retreat**

Jugendexerzitien mit Pater Bill

Anmeldung: [www.jugendexerzitien.com](http://www.jugendexerzitien.com)

19.08.23-23.08.23

Preis: siehe Homepage

### **Schuhe an und los!**

Auspowern und Auftanken für junge Erwachsene  
mit Markus Libon und Nicole Freytag

22.08.24 bis 25.08.24 (\*)

Kosten: 199,50 € Kursgebühr: 0 € Studierende: 143 €

### **Vortragsexerzitien mit Pf. Stefan Fillauer**

Veranstalter: Curia Tirschenreuth

für Mitglieder der Legio Mariens und Interessierte

06.09.2024 bis 08.09.2024

Kosten mit Übernachtung: 144 € Tagesgäste: 67 €

### **Besondere biblische Frauengestalten**

Exerzitien für Frauen

mit Manfred Strigl

16.09.24 bis 19.09.24

Kosten: 200,50 € Kursgebühr: 30,00 €

### **Ein Wochenende nur für Dich**

Meditative Auszeit in der Natur

mit Julia Schwarzmeier-Moises

20.09.24 bis 22.09.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 20,00 €

### **Meditationswoche mit dem Herzensgebet**

Kontemplative Exerzitien

mit Dr. Bärbel Eija Bleher, Dr. Wolfgang Holzschuh

21.09.24 bis 27.09.24

Kosten: 406,00 € Kursgebühr: 130,00 €

## **"Liebevolle Zwiesprache"® und "MBSR-Achtsamkeit"**

Umgang mit Stress und belastenden Gefühlen

mit Bernadette Pöllath

27.09.24 bis 29.09.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 125,00 €

## **Zentangle®**

Kurs des meditativen Zeichnens

mit Claudia Fießinger

28.09.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 50,00 €

## **"Ich kann auch anders" -**

Arbeit mit 9 Enneagramm-Ressourcen

Mit Wally Kutscher

11.10.23 bis 13.10.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 70,00 €

## **Geh deinen Weg ruhig inmitten von Lärm und Hast**

Ruhetage mit Carola Burger

12.10.24 bis 13.10.24 (\*)

Kosten: 84,00 € Kursgebühr: 75,00 €

## **Weg in die innere Stille**

Kontemplationskurs

mit Wally Kutscher und Angelika Otterbach

28.10.24 bis 01.11.24

Kosten: 255,50 € Kursgebühr: 75,00 €

## **Vortragsexerzitien mit Schweigen**

mit Erzbischof em. Dr. Ludwig Schick

04.11.24 bis 08.11.24

Kosten: 255,50 € Kursgebühr: 55,00 €

### **Ich stehe an der Tür und klopfe an...**

Einzelexerzitien mit Gemeinschaftselementen  
mit Sr. Edith, Sr. Veronika, Manfred Strigl  
18.11.24 bis 13.11.24

Kosten: 285,50 € Kursgebühr: 70,00 €

### **Liebe dich selbst wie deinen Nächsten!**

Wege zur inneren Achtsamkeit  
mit Thomas Fink und Sabine Firschholz  
15.11.24 bis 17.11.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 80,00 €

### **Zentangle® - Aufbaukurs "Renaissance"**

Meditatives Zeichnen  
mit Claudia Fießinger  
16.11.24 (\*)

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 50,00 €

### **Wertschätzender Umgang mit sich selbst**

Aufmerksamkeit und Fürsorge  
mit Andrea Nietzsche  
23.11.24

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 70,00 €

### **Afrikanisch trommeln und tief Entspannen**

Trommelworkshop mit Carola Burger  
23.11.24 bis 24.11.24 (\*)

Kosten: 89,00 € Kursgebühr: 75,00 €

### **Wie ein Traum wird es sein**

Stille Tage im Advent  
mit Manfred Strigl  
9.12.24 bis 11.12.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 25,00 €

### **Jesus Christ is born**

Gospelworkshop mit Jimmy Brooks-Potratz  
13.12.24 bis 15.12.24

Kosten: 132,00 € Kursgebühr: 60,00 €

### **„Dem Odem Gottes Raum geben**

Atemseminar mit Theresa Michel

13.12.24 bis 16.12.24

Kosten: 200,50 € Kursgebühr: 220,00 €

### **Und wovon träumst Du?**

Adventlicher Einkehrtag mit Manfred Strigl

am 14.12.2024

Kursgebühr: 25,00 €

### **Weihnachten in Gemeinschaft**

mit Dir. Manfred Strigl und Martina Dommer

23.12.24 bis 26.12

Kosten: 200,50 € Kursgebühr: 25,00 €

### **Silvesterkurs**

mit Dir. Manfred Strigl und Sr. Christine Romanow

30.12.24 bis 01.01.25

Kosten: 143,00 € Kursgebühr: 35,00 €

.....

### **Einander trauen – sich trauen lassen**

Auf dem Weg zur Ehe – Ehevorbereitung

Kosten inkl. Kursgebühr: 25,00 €

Termin 1: 20.01.24

Termin 2: 10.02.24

Termin 3: 06.04.24

Termin 4: 04.05.24

Termin 5: 23.11.2024

### **Du in mir – ich in Dir**

Christliche Kontemplation mit Maria Rehaber-Graf

Termin 1: Einführungskurs vom 10.01.24 bis 12.01.24\*

Kosten: 150,50 € Kursgebühr: 35,00 €

Termin 2: Kontemplative Exerzitien vom 17.06.24 bis 21.06.24 (\*)

Kosten: 287,50 € Kursgebühr: 55,00 €

## **Schweige und höre**

Tag der Stille und Achtsamkeit  
mit Bernadette Pöllath

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 30,00 €

Termin 1: 27.01.24

Termin 2: 16.03.24

Termin 3: 08.06.23

Termin 4: 20.07.24

Termin 5: 17.08.24

Termin 6: 19.10.24

Termin 7: 30.11.24

Termin 8: 30.11.24

## **Fürchte dich nicht, ich bin bei dir (Jer 1,8)**

Kurzexerzitien mit Maria Rehaber Graf

Kosten: 155,50 € Kursgebühr: 35,00 €

Termin 1: 15.01.24 bis 17.01.24 (\*)

Termin 2: 15.04.24 bis 17.04.24 (\*)

Termin 3: 16.10.24 bis 18.10.24 (\*)

## **Innen wachsen – außen wirken**

mit Cornelia Zuk

Kosten: 94,00 € Kursgebühr: 120,00 €

Termin 1: 08.02.24 bis 09.02.24 (\*)

Termin 2: 22.11.24 bis 23.11.24

## **Perfektion oder Gelassenheit?**

Coaching mit Andrea Nitzsche

Kosten: 25,00 € Kursgebühr: 70,00 €

Termin 1: 08.06.24

Termin 2: 09.11.24

## **Du führst mich hinaus ins Weite**

Kontemplative Wanderexerzitien  
mit Maria Rehaber-Graf

Kosten: 274,00 € Kursgebühr: 85,00 €

Termin 1: 27.05.24 bis 31.05.24 (\*)

Termin 2: 29.07.24 bis 02.08.24 (\*)

Ihre Anmeldung richten Sie bitte an:

Haus Johannisthal

Johannisthal 1 in 92670 Windischeschenbach

Tel.: 09681 – 400 15 0 oder

E-Mail: [kontakt@haus-johannisthal.de](mailto:kontakt@haus-johannisthal.de)

Anmeldeschluss ist stets eine Woche vor Seminarbeginn.

Mit Anmeldung akzeptieren Sie unsere allgemeinen Geschäftsbedingungen.



Ein neues Jahr!

Tritt froh herein mit aller Welt in Frieden;  
vergiss, wie viel der Plag und Pein, das alte Jahr  
beschieden!

Du lebst: sei dankbar, froh und klug, und wenn drei  
bösen Tagen ein guter folgt, sei stark genug, sie alle  
vier zu ertragen.

(Friedrich Wilhelm Weber)





