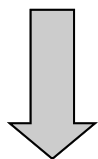


**KAB Bildungswerk Bamberg e.V.**  
**Ludwigstraße 25 - Eingang C**  
**96052 Bamberg**



**Anmeldung bis:**  
**17. Januar 2020**

## **Veranstaltungsort** **Anfahrtsweg**

**Ort:** Bildungshaus Obertrubach  
Pfarrer-Grieb-Weg 25,  
91286 Obertrubach  
☎ 09245 / 98210

Das Bildungshaus befindet sich in der  
Ortmitte von Obertrubach.  
An der Straßengabelung führt eine schmale  
Straße (Sackgasse) zwischen der  
Kirche St. Laurentius und dem  
Gasthaus „Zur Fränkischen Schweiz“  
hinauf zum Bildungshaus.

## **Veranstalter**

KAB Bildungswerk Bamberg e.V.  
Ludwigstraße 25 - Eingang C  
96052 Bamberg  
☎ 0951 / 91691-0, Fax: 0951 / 91691-49  
E-Mail: [kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de](mailto:kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de)  
Homepage: [www.bildungswerk.kab-bamberg.de](http://www.bildungswerk.kab-bamberg.de)



in Kooperation mit  
dem Bildungshaus Obertrubach,  
dem KAB Diözesanverband Bamberg e.V., der KAB in  
der Erzdiözese Bamberg e.V., der Ketteler-Stiftung der  
KAB Bamberg

# **ERHEBE DICH IM SEIN**



## **Wie Sorge ich gut für mich im Alltag?**

**Spirituelle  
Lieder**  
**Körpergebete**  
**Alltags-  
übungen**



Bild: Robert Hornung

## **M ä n n e r w o c h e n e n d e**

vom 6. - 8. März 2020

Bildungshaus Obertrubach



# Erhebe dich im Sein

Wie Sorge ich gut für mich im  
Alltag?

## Spirituelle Lieder Körpergebete Alltagsübungen

Getragen von spirituellen Liedern  
aus verschiedenen Religionen und  
Körpergebeten erleben wir, wie wir  
uns im täglichen Leben erheben und  
Sorge für uns tragen können.

Das Singen öffnet nicht nur unser  
Herz, sondern auch unseren Körper.  
Das gemeinsame Bewegen stärkt die  
Verbundenheit von Mann zu Mann,  
von Herz zu Herz. Die Energie der  
Friedenstänze lädt Dich ein zum  
einfachen Sein - frei von  
Leistungsstress und Anstrengung.

Kombiniert mit Körpererinnerungen,  
leichten Übungen und einer erhöhten  
Achtsamkeit für mich selbst öffnet sich  
der Weg für eine leichte Aufrichtung  
im Alltag - wir begeben uns auf eine  
Erforschungsreise unseres Körpers  
und unserer Seele.

*Robert Hornung*  
Friedenstanzleiter und Physiotherapeut

## ORGANISATORISCHES:

**Zielgruppe:** KAB-Männer, Interessierte  
Bei unseren Veranstaltungen sind auch  
Nichtmitglieder herzlich willkommen.

**Beginn:** Freitag, 6. März 2020, 17.30 Uhr  
(Abendessen, Beginn)

**Ende:** Sonntag, 8. März 2020 - 13.00 Uhr  
(nach dem Mittagessen)

### Die Teilnahmegebühr beinhaltet die Seminargebühr:

50,00 € für KAB-Mitglieder des Diözesanverbandes  
Bamberg (Erwachsene)  
90,00 € für Nicht-Mitglieder (alle anderen)

### zuzüglich

### Kosten für Unterkunft/Verpflegung:

110,00 € Unterkunft und Verpflegung (Frühstück,  
Mittag-/Abendessen, Nachmittagskaffee)

Kaltgetränke sind vor Ort gesondert zu zahlen

Zahlung bitte per Überweisung erst nach Erhalt der  
Rechnung.

**Bitte mitbringen:** → Decke  
→ Sitzkissen

**Referent:** Robert Hornung  
Friedenstanzleiter und Physiotherapeut

**Gitarrenbegleitung:** Stefan Posch

**Leitung:** Hans Schumann

**Anmeldung erbeten bis 17.01.2020**

**Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!**

**Schriftliche Anmeldung** an  
KAB Bildungswerk Bamberg e.V.  
Ludwigstr. 25 - Eingang C, 96052 Bamberg  
E-Mail: kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de  
☎ 0951 / 91691-0, Fax 0951 / 91691-49

## ANMELDUNG:

**Seminar-Nr.** 2020-738  
**Veranstaltung:** Männer-Wochenende  
**am/vom-bis:** 6. - 8. März 2020

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_ Alter: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

**KAB-Mitglied/er**  ja  nein  
**wenn ja, in** \_\_\_\_\_

Ich bin damit einverstanden, dass mein Name, mein  
Wohnort und meine Telefon-Nummer zwecks Bildung  
einer Mitfahrgelegenheit mitgeteilt werden:

ja  nein

### Verpflegungswunsch:

normales Essen  vegetarisches Essen

Sonderkost: \_\_\_\_\_

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen des KAB Bildungswerkes  
Bamberg e.V. sind Bestandteil dieser Anmeldung (nachzulesen  
unter: [www.bildungswerk.kab-bamberg.de](http://www.bildungswerk.kab-bamberg.de)). Die hier angegebenen  
Daten werden ausschließlich für Zwecke verwendet, die einen un-  
mittelbaren Bezug zur KAB aufweisen und nicht an Dritte weiterge-  
geben. Gespeichert werden die oben angegebenen Daten und  
verbleiben, bis eine Löschung gewünscht wird. Die Einwilligung zur  
Speicherung kann jederzeit gegenüber dem Vorstand für die Zu-  
kunft widerrufen werden. Zwingende gesetzliche Bestimmungen  
-insbesondere gesetzliche Aufbewahrungsfristen- bleiben unberührt.  
Weitere Informationen zur Verarbeitung der Daten finden Sie auf:  
<https://www.kab-bamberg.de/datenschutz.html>

**Bitte geben Sie die Ausschreibung auch an  
Interessierte weiter.**

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift