



IOKAI-D Jahresversammlung 2. - 4. Oktober 2009 im Klosterhospiz Neresheim



Die Jahresversammlung 2009 findet in Neresheim statt. Neresheim ist bekannt für seine Abteikirche von Balthasar Neumann mit Deckengemälden von Martin Knoller und liegt inmitten einer reizvollen Landschaft mit weiten Wäldern, Wacholderheiden, einsamen Trockentälern und einer seltenen Pflanzen- und Tierwelt - inmitten des UNESCO Geoparks "Schwäbische Alb" sowie des Nationalen Geoparks "Ries".

Die ehemalige "Königlich-Württembergische Oberamtsstadt" wurde im Jahre 1095 erstmal urkundlich erwähnt und verbreitet heute das Flair einer beschaulichen schwäbischen Kleinstadt mit einem breiten Kultur-, Freizeit- und Erholungsangebot, das Familien, Naturfreunde sowie Liebhaber von Geschichte und Kunst gleichermaßen anspricht. Die reizvolle, herbe Härtsfeldlandschaft um Neresheim eignet sich ideal für Wanderungen und Radtouren.

Wir sind im Klosterhospiz Neresheim (Tel. 07326/96442-0, www.klosterhospiz-neresheim.de, www.abtei-neresheim.de) und dem angrenzenden Martin-Knoller-Haus untergebracht. Da nur ein kleiner Teil der Zimmer über Dusche und WC verfügt - sonst stehen Etagendusche und -WC zur Verfügung - werden die Zimmer in der Reihenfolge der Anmeldung vergeben. Unser Seminarraum ist der Adolf-Hieber-Saal. Bitte Decken und Matten mitbringen!

Im Preis sind enthalten 2 Übernachtungen, Frühstück vom Buffet, Mittagessen vom Lunchbuffet, Samstag Nachmittag und Sonntag nach dem Essen Kaffeepause mit Kaffee/Tee, süßem Gebäck und Obst, Abendbuffet kalt/warm.

Samstag Abends gehen wir den im Oktober 2008 neu angelegten Barockpfad rund ums Kloster. Er ist ca. 4 km lang (ca. 1 1/4 h) mit Erläuterungstafeln. Außerdem findet täglich eine Abendvesper mit gregorianischen Gesängen statt. Danach gemütliches Beisammensein im Klosterkeller (nur für Hausgäste, Selbstbedienung).

Workshop I

Workshop Za zen, Mark Albin

Mark Albin (Doyu) wird am Samstag die Meditation, das Do-In und den Workshop Za zen durchführen. Er studiert seit 1985 Zen und unterrichtet seit 2002 die Zenpraktiken in Europa, Asien und Amerika. Weitere Informationen zu Mark sind auf dem Homepage des Zentrums für Ganzheitliche Körperarbeit (www.ganzheitliche-körperarbeit.at) zu finden.

Workshop II

Meridian-Behandlung Kopf und Gesicht "Fascial-Harmony", Jeanette Hyttrek-Bader

Hierbei werden statt des Daumens Zeige- und Mittelfinger benutzt. Es kann eine tiefe Entspannung hervorgerufen werden; es wird halbseitig gearbeitet und je nachdem mit welcher Seite begonnen wird, treten unterschiedliche Empfindungen und Reaktionen auf. Jeanette wird das mit Gesichtlymphdrainage kombinieren.



Anreise:

Mit dem Pkw:

A7, Ausfahrt Neresheim

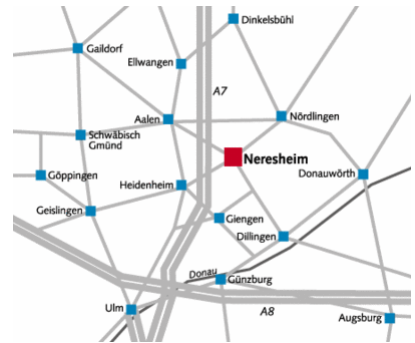
von Norden: Unterkochen - Ebnat - Neresheim

von Süden: Heidenheim - Nattheim - Neresheim

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Zielbahnhof Aalen, weiter mit dem Bus (Beck und Schubert, Tel.: 07367 / 96 09-0) nach Neresheim.

Fotos mit freundlicher Genehmigung des Klosterhospiz Neresheim.



Vorläufiges Programm

Freitag:

16:00 Uhr Anreise

17:00 Uhr **Barfuß-Shiatsu**

18:30 Uhr Abendessen

20:00 Uhr Begrüßungsrunde: Was bedeutet "Io" und "Kai" für mich?

Samstag:

07:00 Uhr Meditation und Do-In

08:30 Uhr Frühstück

10:00 Uhr **Workshop I: Workshop Za zen**

12:30 Uhr Mittagessen

15:00 Uhr **Mitgliederversammlung lokai-D**

18:30 Uhr Abendessen, anschließend Barockpfad und Klosterkeller

Sonntag:

07:00 Uhr Meditation und Do-In

08:30 Uhr Frühstück

10:00 Uhr **Workshop II: Meridian-Behandlung Kopf und Gesicht "Fascial Harmony"**

12:30 Uhr Mittagessen, anschließend Kaffee und Gebäck, Abreise



Anmeldung bitte bis spätestens 20. Juni 2009



Rita Olbrich
Schellenbühlweg 8

89079 Ulm

Absender: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Hiermit melde ich mich verbindlich zur lokai-D Jahresversammlung 2009 an. Meine Wünsche:

- | | | |
|---------------------------------------|---------|--|
| <input type="checkbox"/> Doppelzimmer | € 150,- | <input type="checkbox"/> Ich nehme nur an der Mitgliederversammlung teil |
| <input type="checkbox"/> Einzelzimmer | € 170,- | <input type="checkbox"/> fleischlose Kost |

Die Teilnehmergebühr über _____ Euro habe ich an IOKAI-D auf das Konto 2 185 095 bei der Kreissparkasse Böblingen BLZ 603 501 30 überwiesen (IBAN: DE15 6035 0130 0002 1850 95, BIC: SOLA DE S1 BBL).

Ort, Datum

Unterschrift