

**Schweigetage mit Yoga im Haus der Stille,
Rengsdorf - 17.-21.08.2026:**

Schweigetage mit Achtsamkeitsyoga im Haus der Stille in Rengsdorf - mit Anmeldung

**„Das Dasein ist köstlich“ - Im Schweigen
nachspüren, was der Seele gut tut**

*Von Sabine Schmidtmeyer
29. Juli 2026*



Wir laden Sie ein zu einem **Kurs mit fünf Schweigetagen mit Achtsamkeitsyoga** ein:

17. bis 21. August 2026

Haus der Stille
Melsbacher Hohl 5
56579 Rengsdorf
www.haus-der-stille.ekir.de
Tel. 02634 920510

Programm: Zwei Mal am Tag jeweils 1,5 Stunden Yoga mit einfachen Achtsamkeitsübungen ergänzt durch spirituelle Impulse, Sitzen in der Stille und Spaziergänge in der Umgebung. Auch die Mahlzeiten werden in durchgängigem Schweigen eingenommen. Die Yoga-Übungen werden den individuellen Möglichkeiten der Teilnehmenden angepasst.

Kursleitung: Silvia Schoeneck, Diana Weber

Die Kosten betragen 499,00 € inklusive Übernachtung, Vollverpflegung und Kursgebühr.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig an bei anmeldung.hds@ekir.de **oder bei** silvia.schoeneck@bistum-mainz.de **oder** 0176 1253 9056