

## gemeinsam im Jahresübergang

Mitten im Nationalpark Eifel in der Nähe des Urfttales haben wir mit Kloster Steinfeld einen kraftvollen Ort für Silvester gefunden, wo wir das Alte würdig verabschieden können und das Neue freudig begrüßen werden.

**Was uns am Herzen liegt: Menschen, Natur und nährnde Begegnungen.  
Was uns weiter bewegt: Gemeinschaft, Singen, Bewegung und Stille.**

Wir werden in diesen besonderen Tagen nach Weihnachten und über Silvester mit der Zeitqualität der Rauhnächte gehen, die Zeit zeitlos werden lassen und die Stille bewusst wahrnehmen und willkommen heißen. Wir werden bewusst auf das alte Jahr schauen, im Feuer Altes zurücklassen, Wachstumsringe sammeln und Visionen und Möglichkeiten für das Neue kreieren. In das neue Jahr werden wir in einer stillen Meditation gehen.

Bei morgendlichen Körperbewegungen von Kopf bis Fuss mit Tai Chi und Qigong Elementen können wir unseren Körper liebevoll wahrnehmen und beleben. Beim gemeinsamen Singen werden wir uns an der eigenen Melodie des Lebens stärken, den Wohlklang spüren und die Stille in uns entfalten und im Lauschen und Tönen die eigenen Innenräume spüren.

## unser Programm

- tägliche Morgenmeditation
- tägliche Morgenbewegung mit Tai Chi und Qigong-Elementen
- tägliches heilsames Singen für das Leben und die Seele
- tägliche Wanderung in der Natur
- Entspannungs- u. Kreativitätsangebote:  
Tanz der Wave  
Herzmeditation  
Tiefenentspannung  
cranio sakrale Entspannung

## weitere optionale Aktivitäten:

- Klostergarten, Labyrinth, Klosterläden
- Raum und Zeit für eigene Unternehmungen, Lesen, Spaziergehen auf dem Eifelsteig und im wunderschönen Wald, der das Haus umgibt.
- Besuch der Basilika

## Anreise

Die Anfahrt mit dem PKW von Köln beträgt ca. 67km (1 Stunde). Zielort für den Zug ist Urft von hier ca. 2 km bis zum Kloster.

Beginn: Samstag 28.12.2025 – 17.00 Uhr  
Ende: Mittwoch 01.01.2026 – 13.00 Uhr



## Seminarpreis

Die Seminargebühr beträgt bis Anmeldung  
Wiederholer EUR 330,-  
zum 01.08.2025 EUR 360,-  
danach EUR 390,-

## Preis für Unterkunft u. Verpflegung

Preis für Unterkunft mit Vollpension ab EUR 95,- € pro Person pro Tag. Bitte die Zimmer selbst im Kloster Steinfeld buchen: Tel.: 02441-889-131, [gaeste@klostersteinfeld.de](mailto:gaeste@klostersteinfeld.de), [www.kloster-steinfeld.de](http://www.kloster-steinfeld.de)

## Anmeldung und Bezahlung

- durch Anzahlung von EUR 250 €

## das Kloster Steinfeld

Das Kloster Steinfeld ist ein Ort an dem (besondere) Menschen sich (besonders) begegnen.

Seit 2019 steht den Gästen neben dem neuen Haupthaus zusätzlich die ehemalige Benediktinerinnen-Abtei als Gästehaus des Klosters zur Verfügung. Hier können wir uns in Einzel- und Doppelzimmern wohlfühlen.



Das Kloster Steinfeld steht für sanften und naturnahen Tourismus. Ein Ort der Stille und der Einkehr, ein Platz zu sich zu finden und zu entschleunigen.

[www.kloster-steinfeld.de](http://www.kloster-steinfeld.de)

## Leitung

Marie-Luise Jansen: Körperbewegung  
Meditation  
Tiefenentspannung

Martin Herrmann: Singen für das Leben  
und die Seele

## Kontakt

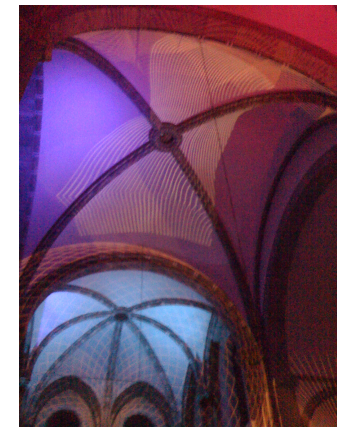
Martin Herrmann  
Eisenachstr. 19  
50733 Köln  
phone: 0157 325 15317  
mail: [mherrmann@ax-balance.de](mailto:mherrmann@ax-balance.de)  
[www.ax-balance.de](http://www.ax-balance.de)

## Bankverbindung

Marie Luise Jansen  
GLS Bank  
IBAN DE72 4306 0967 4046 3229 00

## GEMEINSAM DAS LEBEN IM JAHRESÜBERGANG FEIERN

SILVESTER 2025/2026  
- im Kloster Steinfeld -



Übergangsfeier  
28.12. – 01.01.2026

Zeit zeitlos werden lassen, das Alte  
würdig verabschieden, das Neue liebevoll  
begrüßen, in Gemeinschaft feiern