

# Kursangebote 2024:



Informationen und Anmeldung  
zu den Angeboten: [team-exercitia.de](https://www.team-exercitia.de)



Diese Kursangebote sind für alle Interessierten  
offen – mit Ausnahme der Grün eingefärbten und mit dem  
Kirchenicon versehenen Kurse.

## Januar 2024:

05.01. Kontemplation - digital  
Brunnenzeit  
Spiri\*Team



Weitere Einzeltermine: 22.03. / 13.09. / 18.10.

06.01. Kontemplation - Bottrop  
Brunnenzeit  
Spiri\*Team

Weitere Einzeltermine: 23.03. / 14.09. / 19.10.

13.01. Oasentag Hattingen,  
team exercitia Meditations-  
zentrum

28.01. Meditationstag Hattingen,  
mit Einführung Meditations-  
team exercitia zentrum

## Februar 2024:

04. + 18.02. Besinnungstage Hattingen,  
Enneagramm Meditations-  
team exercitia zentrum

10.02. Oasentag Hattingen,  
team exercitia Meditations-  
zentrum

14.02.-01.04. Heaven on line: digital (Mail)  
Tägliche Impulse  
team exercitia



25.02. Exerzitien Einfüh- Hattingen,  
rungstag Meditations-  
team exercitia zentrum

25.02.-02.03. Kontemplation Bottrop  
Intensiv  
Spiri\*Team

# team:exercitia

LEBEN ÜBEN.  
SEIT MENSCHENGEDENKEN.

### Weitere spirituelle Angebote:

Leben aus der Mitte –  
Christliche Zen-Kontemplation:  
[zen-kontemplation.de](https://www.zen-kontemplation.de)

Online-Exerzitien im Alltag in der  
Fastenzeit:  
[heaven-on-line.de](https://www.heaven-on-line.de)

Deutschlandweite Infoseite für Exer-  
zitienkurse:  
[exerzitien.info](https://www.exerzitien.info)

Exerzitien besonders, aber nicht nur  
für Priester:  
[priesterexerzitien.de](https://www.priesterexerzitien.de)

### Sekretariat team exercitia

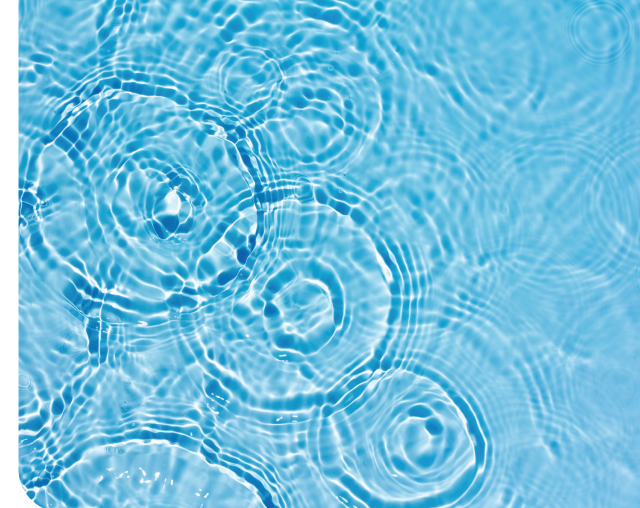
Ute Schäfer  
Mo. bis Do.: 8:00 bis 16:00 Uhr  
Fr.: 8:00 bis 15:00 Uhr

Thingstraße 41  
45527 Hattingen  
Telefon 02324 39197-0  
[team.exercitia@bistum-essen.de](mailto:team.exercitia@bistum-essen.de)  
[team-exercitia.de](https://www.team-exercitia.de)

Diese Broschüre wurde auf Basis  
von 100% Altpapier gedruckt.



Teambild: © Nicole Cronauge, Bistum Essen



# Jahres- programm 2024

Exerzitien  
Geistliche Begleitung  
Meditation  
Besinnung

■ BISTUM ESSEN

team:exercitia



*Es wird die Zeit kommen, da das Gesetz der Liebe  
genauso wirkt wie das Gesetz der Gravitation, wenn wir  
es bewusst, organisiert und tapfer anwenden...  
Die Atombombe hat diesen Glauben nicht in die Luft ge-  
sprengt, sondern gezeigt, dass er umso notwendiger ist.*

**Mahatma Gandhi 1946**

Liebe spirituell Suchende,

unsere Erde ist von Gewalt und Hass belastet und  
gefährdet wie noch nie. Wie kann ich in alledem inner-  
lich heil, mitfühlend und auch kreativ handlungsfähig  
bleiben oder werden?

Der Weg einer Liebe zu mir selbst, allen Mitgeschöpfen  
und unserem gemeinsamen Ursprung, wie ihn alle spiri-  
tuelle Weisheit lehrt, kann eine grundlegende Antwort  
auf diese Fragen unserer Zeit sein.

Dazu möchten wir an unserem Standort in Hattingen  
und mit unseren vielfältigen Kursen einen Lebens- und  
Übungsraum bieten.

Sie sind herzlich willkommen!  
Ihr team exercitia

*Dr. Beate Hardt*  
*Prälatin*  
*Ute Schäfer*  
*Alexander Müller*  
*Johannes Lühr*

## März 2024:

09.03. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

10.03. **Love Earth – Spi-  
rituell leben heute**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

Weitere Kurstermine: 14.04. / 24.05. / 15.06. / 07.07.

28-31.03. **Kar-und Ostertage  
mit Familien**  
team exercitia **Essen-Kettwig**  
St. Altfrid

## April 2024:

05.04.-07.04. **Trauer-  
Wochenende**  
team exercitia **Hattingen,**  
Willi-Michels  
-Bildungsstätte 


07.04. **Paaroesentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

13.04. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

27.04. **Hochgebe\*te:  
Garten-Exerzitien**  
team exercitia **Hattingen,**  
Garten  
Thingstr. 41

Weitere Kurstermine: 08.05. / 12.06. / 03.07. / 28.08. / 06.10.

## Mai 2024:

08.05.-12.05. **Männerexerzitien**  
team exercitia **Hattingen,**  
Willi-Michels  
-Bildungsstätte 

11.05. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

14.05.-15.05. **Oasentage für  
jüngere Priester**  
Spiri\*Team **Rummenohl,**  
DPGS-Jugend-  
bildungsstätte 

18.05. **SinnenZeit**  
Spiri\*Team **Bottrop**

25.05. **Heilsames Singen**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

27.05. **BoxenStopp vor  
dem Ruhestand**  
Spiri\*Team **Mülheim,**  
Akademie Die  
Wolfsburg 

29.05. **Outdoor-Besin-  
nungsnachmittag**  
Spiri\*Team **Gelsenkirchen** 

## Juni 2024:

08.06. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

10.-12.06. **Spirituelles  
Triathlon**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

## Juli 2024:


06.07. **Spiritualität to go:  
Straßenexerzi-  
tientag**  
team exercitia **Duisburg**

06.07.-07.07. **Sinn(en)Zeit für  
Frauen - Pilgern**  
team exercitia **Hattingen,**  
Willi-Michels  
-Bildungsstätte 

13.07. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

## August 2024:

10.08. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

12.08.-16.08. **Fahradexerzitien**  
Spiri\*Team **Hildesheim-  
Essen** 


12.08.-18.08. **Kontemplative  
Exerzitien**  
Spiri\*Team **Kloster  
Vinnenberg**


23.08.-25.08. **Kontemplations-  
WE in Natur**  
Spiri\*Team **Hattingen,**  
Willi-Michels-  
Bildungsstätte 

## September 2024:


07.09. **SinnenZeit**  
Spiri\*Team **Bottrop**

14.09. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

16.09.-20.09. **Fahradexerzitien**  
Spiri\*Team **Hildesheim-  
Essen** 

17.09. **Outdoor-Besin-  
nungsnachmittag**  
Spiri\*Team **Gelsenkirchen** 

21.09. **Tag der Achtsam-  
keit für Menschen  
in Trauer**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum


23.09.-27.09. **Priesterauszeit  
auf der Insel**  
Spiri\*Team **Texel** 

28.09. **Meditationstag  
mit Einführung**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum


30.09.-06.10. **Ignatianische  
Einzelexerzitien**  
team exercitia **Billerbeck,**  
Abtei Gerleve

## Oktober 2024:

12.10. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

18.-20.10. **Männerwande-  
rung**  
team exercitia **Hattingen,**  
Willi-Michels  
-Bildungsstätte 

19.10. **Paaroesentag mit  
Kinderbetreuung**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

27.10.-31.10. **Inselauszeit**  
Spiri\*Team **Norderney** 

28.10.-03.11. **Kontemplative  
Exerzitien**  
team exercitia **Hattingen,**  
Willi-Michels  
-Bildungsstätte 

## November 2024:

09.11. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

16.11. **Exerzitien  
Einführungstag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

23.11. **Bibliodramatag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

## Dezember 2024:

06.-08.12. **Love Earth: Für die  
Eine Welt**  
team exercitia **Hattingen,**  
Willi-Michels  
-Bildungsstätte 

14.12. **Oasentag**  
team exercitia **Hattingen,**  
Meditations-  
zentrum

30.12.-01.01.25 **Kontemplation:  
Zeitenwende**  
team exercitia **Rheine-Bentlage**  
Kubus Tagungshaus