

## *Klosterwelten erleben. Reisen mit Genuss.*



*Das neurenovierte Restaurant von der Probstei St. Gerold @Probstei St. Gerold*

### *Oase der Begegnung in der Probstei St. Gerold – Boomer Camp*

*Ein Wohlfühlort im Großen Walsertal mit einem Kloster, das sich neu erfindet. Freiraum für eine Standortbestimmung: Wie kann ich ab 57 erfüllt und sinnstiftend leben.*

Unsere Reise führt uns in das Große Walsertal in die Probstei St. Gerold mit ihrer über 1.000-jährigen wechselhaften Geschichte. Seit Kurzem erstrahlt das Kloster in neuem Glanz. Ein besonderer Ort, an dem man ankommt und sich sofort aufgenommen und geborgen fühlt. Modernes Design trifft auf uralte Gemäuer. Und so ist die weltoffene wie gastfreundliche Abtei genau der richtige Ort, für unser Boomer Camp mit Coach und Kommunikationsexpertin Kerstin von Aretin-Ney. In dem 9-stündigen Boomer Camp zeigt Kerstin v. Aretin-Ney vier Wege auf, um Orientierung für die neue Phase zu bekommen. Diese reichen von intellektuellen und seelischen, körperlichen und spirituellen Aspekten. Den Teilnehmenden werden Methodiken und Strategien an die Hand gegeben.

Auf Spaziergängen, im Kontakt mit Pferden oder im Schwimmbad finden wir die notwendige Entspannung und Erholung. Eine hervorragende Gastronomie erfreut unsere Gaumen. Gleichzeitig erstaunt die Probstei mit ihrer über 1.000-jährigen, wechselvollen Geschichte. Sie steht beispielhaft dafür, wie es mit Mut, Offenheit und Beharrlichkeit gelingt, sich neu zu erfinden. Seit der Romanik bauen die verschiedenen Mönchsorden die Probstei immer wieder um. So grenzt es an ein Wunder, dass die in den Kriegen zerstörte und verwahrloste Klosteranlage frisch renoviert erstrahlt. Seit Frühjahr 2024 ist das Hauptgebäude saniert. Pater Martin Werlen gestaltet die Probstei samt Kultur- und Bildungszentrum zu einem Ort des vielfältigen Dialogs. Pater Martin zählt zu den Erneuerern in der katholischen Kirche. Wir erfahren, wie die benediktinische Lebensweise uns für die Neuorientierung helfen kann. In einem Werkstattgespräch lässt uns Dr. Felicitas v. Aretin an dem Schreibprozess ihres neuen Buches teilhaben.

Termin: Freitag, 24. Januar bis Sonntag, 26. Januar

Preis: EZ mit Halbpension 785 €; DZ pro Person mit Halbpension 755 €

Dr. Felicitas v. Aretin und Monika Vogt GbR • Bothmerstraße 14 • 80634 München  
www.klosterwelten-erleben.com • reisen@klosterwelten-erleben.com  
Tel. +49 (0)171.861 61 05 (v. Aretin) • Tel. +49 (0)174.689 3738 (Vogt)

## ***Klosterwelten erleben.***

### ***Reisen mit Genuss.***

#### ***Was wir zusammen in drei Tagen erleben:***

##### **Tag 1: Ankunft in St. Gerold – Boomer Camp - Begrüßung im Weinkeller**

Nach einer individuellen Anreise beziehen Sie ab 13 Uhr die ruhigen Zimmer in der Propstei St. Gerold im Großen Walsertal – und genießen das besondere Charisma des Ortes. Wir treffen uns ab 14 Uhr im Restaurant zu Kaffee und Kuchen. Um 15 Uhr startet das Boomer Camp mit Kerstin v. Aretin-Ney. Wir lernen uns und unsere individuellen Motivationen für das Boomer Camp kennen und erfahren, wo wir gerade in unserer beruflichen und persönlichen Lebensphase stehen. Mit einem kurzen Vortrag erläutert Kerstin v. Aretin-Ney die Besonderheiten der Boomer-Generation und deren Pionierfunktion. Aufmerksamkeitsübungen runden den Tag im Boomer Camp ab. Anschließend heißt uns der Abt der Propstei Pater Martin im historischen Weinkeller willkommen und wir lernen die besondere Geschichte der Propstei kennen. Ein gemeinsames Abendessen beschließt den Tag.

##### **Tag 2: Weg der Stille – Boomer Camp – Werkstattgespräch**

Der Tag beginnt beschaulich. Unterhalb der Propstei führt der Meditationsweg „Weg der Sinne – Weg der Stille“ an einem Klosterweiher vorbei in den Wald. In den vergangenen Jahrzehnten entstand ein Naturreservat mit 13 Weihern, Sträuchern, Blumen, Brücken und kleinen Wegen. Bei einer geführten Meditationswanderung kommen wir in die Stille der winterlichen Landschaft. Am späten Vormittag gibt Felicitas v. Aretin einen kurzen Impuls über die Lebensklugheit der benediktinischen Regel im Hinblick auf Übergänge. Nach dem Mittagsimbiss startet der zweite Tag des Boomer Camps. Heute stehen Methodiken des kreativen Schreibens im Mittelpunkt, anhand derer wir unsere eigenen Wünsche und Ziele besser kennenlernen. Wir üben uns im aktiven Zuhören und Erfahren mehr über unseren inneren Wertekompass als Steuerungsgröße für unsere neue Lebensphase. Am Abend besteht die Möglichkeit einer Diskussion mit Felicitas v. Aretin über die Kunst, Bücher zu schreiben und sich einem Thema langsam zu nähern.

##### **Tag 3: Führung durch den Therapiestall – Boomer Camp – Abschied**

Die Propstei ist für Viele eine Wohlfühlloase, wo sie sein können, wie sie wollen. Hier erleben Menschen in psychisch-belastenden Lebensumständen, nach Trennungen, im Burn-Out oder beruflichen Überlastungen Gastfreundschaft und Hilfe, auch, wenn die finanziellen Ressourcen fehlen. Eine besondere Rolle spielen die Pferdeseminare, da diese Tiere Menschen so akzeptieren wie sie sind und damit zur psychischen Stabilität beitragen. Wir kommen mit den Therapeutinnen für Pferdegestützte Therapie in den Austausch über dieses besondere Sozialprojekt. Im anschließenden Boomer Camp reflektieren wir über die Impulse, die uns erreicht haben und die nächsten Schritte. Nach einem Mittagsimbiss erfolgt die individuelle Abreise.

#### ***Wer Sie auf der Reise begleitet:***

##### **Dr. Felicitas v. Aretin**

Durch das Schreiben meines Buchs: „Starke Schwestern. Klosterreisen – Inspirationen für ein anders Leben“. Herder-Verlag 2022 bin ich tief in die faszinierende Welt buddhistischer und christlicher Frauenklöster eingetaucht. Als promovierte Historikerin mit einem Faible für Kirchengeschichte macht es mir große Freude, Sie in die im Schwenden begriffene Welt der Klöster zu begleiten und Ihnen die Innovationskraft mancher Orden zu zeigen.  
Dr. Felicitas v. Aretin und Monika Vogt GbR • Bothmerstraße 14 • 80634 München  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com) • [reisen@klosterwelten-erleben.com](mailto:reisen@klosterwelten-erleben.com)  
Tel. +49 (0)171.861 61 05 (v. Aretin) • Tel. +49 (0)174.689 3738 (Vogt)

## ***Klosterwelten erleben.***

### ***Reisen mit Genuss.***

**Kerstin v. Aretin-Ney**

Phasen des Übergangs faszinieren mich. Als Kommunikationsexpertin und systemischer Business Coach baue ich seit über 30 Jahren Brücken zwischen Interessensgruppen, knüpfe Netzwerke und entwickle Ideen und baue Teams auf. Meine gesammelte Lebens- und Berufserfahrung fließt in Boomer Camp ein, um andere darin zu ermutigen, ihren Übergang bewusst zu gestalten.

Kerstin v. Aretin-Ney [www.boomercamp.de](http://www.boomercamp.de), Moränenweg 11, 82393 Iffeldorf, E-Mail: [contact@boomercamp.de](mailto:contact@boomercamp.de)

### ***An- und Abreise mit Transport***

Wenn Sie mit der **Bahn** anreisen wollen, steigen Sie im österreichischen Bludenz oder Feldkirch aus, die beide an das internationale Bahnnetz angebunden sind. Vom Bahnhof Bludenz nehmen Sie die Buslinie 81 bis zur Haltestelle „St. Gerold, Mühle“. Von dort sind es rund zehn Minuten zu Fuß zum Kloster. Mit dem **Auto** fahren Sie von Deutschland aus kommend über die A96 Richtung Lindau und wechseln auf die A14 in Österreich Richtung Bludenz. Dann nehmen Sie die Ausfahrt „Nenzing“ und folgen der L82 Richtung Thüringen weiter nach St. Gerold. Es gibt ausreichend kostenfreie Parkmöglichkeiten.

### ***Unsere Unterkünfte***

#### **St. Gerold**

Hausnummer 29, 6722 St. Gerold, Großes Walsertal, Österreich

Im frisch-sanierten Gästehaus St. Gerold fühlt man sich von der ersten Minute an willkommen und geborgen. Die Zimmer passen sich dem historisch-spirituellem Umfeld an. Sie bieten mit der puristisch-eleganten Holzarchitektur den perfekten Ort für Ruhe und Entspannung. Jedes Zimmer verfügt über ein eigenes Bad. Im Gästehaus wird auf hohem Niveau eine regionale und saisonale Küche angeboten. Die Mahlzeiten werden im Speisesaal serviert, der ein Gefühl von Gemeinschaft und Gastfreundschaft vermittelt.

**Gerne kümmern wir uns für Sie um Verlängerungstage.**

#### **Enthaltene Leistungen**

- 2 x Übernachtung mit Halbpension am Abend
- Teilnahme am 9-stündigen Babyboomer Camp mit Kerstin v. Aretin-Ney
- Probstei-Führungen mit Begrüßungs-Apero durch Pater Martin im Weinkeller
- Führung auf dem Weg der Stille und durch den Therapiestall
- Benediktinische Lebensweise und Werkstattgespräch mit Dr. Felicitas v. Aretin

#### **Nichtenthaltene Leistungen**

- An- und Abreise sowie Mittagssnack
- Reiserücktrittskosten (kann dazu gebucht werden).

Programmänderungen vorbehalten

### ***Ihre Ansprechpartnerinnen***

Dr. Felicitas v. Aretin: 0171/86161 05

Monika Vogt: 0174/689 3738

[reisen@klosterwelten-erleben.com](mailto:reisen@klosterwelten-erleben.com)

[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)

Dr. Felicitas v. Aretin und Monika Vogt GbR • Bothmerstraße 14 • 80634 München

[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com) • [reisen@klosterwelten-erleben.com](mailto:reisen@klosterwelten-erleben.com)

Tel. +49 (0)171.861 61 05 (v. Aretin) • Tel. +49 (0)174.689 3738 (Vogt)