

## Aufgrund coronabedingter behördlicher Auflagen bis auf Weiteres gültig

Tagesübersicht	Uhrzeit	Thema	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p>Hier sehen Sie die Tagesübersicht unserer Angebote.</p> <p>Die kleinen Symbole geben Ihnen eine schnelle, thematische Übersicht, um welche Art von Angebot es sich in dieser Zeile handelt.</p>	6.30			<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche		<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche		<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Laudes</b> Ort: Mutterhauskirche
	7.00	 	<b>Laudes</b> Mutterhauskirche	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden im Park gehen + Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> Tautreten entfällt bei Regen	<b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden im Park gehen + Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> Tautreten entfällt bei Regen	<b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden im Park gehen + Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> Tautreten entfällt bei Regen	<b>Tautreten</b> anschl. 2 Runden im Park gehen + Gymnastik <b>Treffen im Foyer</b> Tautreten entfällt bei Regen	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche
<p> <b>Frühstück</b> 8.00 - 10.00 h</p>	8.15 -			<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Impuls in den Tag</b> (25 Min.) Ort: Kastanienwiese
	9.30		<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche						
<p></p>	10.00					<b>Was uns bewegt</b> Siehe Infotafel	<b>Gesprächskreis</b> Siehe Infotafel		
	11.00	 	<b>Fit in die Woche</b> (45 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Fit in die Woche</b> (45 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Aquafitness</b> (25 Min.) Ort: Schwimmbad (bitte Voranmeldung*)	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> (45 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)
<p> <b>Mittagessen</b> 12.00 - 13.30 h</p>	11.30	 	<b>Mittagshore</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Mittagshore</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Mittagshore</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Mittagshore</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Mittagshore</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Mittagshore</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Mittagshore</b> Ort: Mutterhauskirche
	12.00			<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Kastanienwiese	<b>Meditation</b> (30 Min.) Ort: Kastanienwiese
<p></p>	13.30				<b>Nordic Walking (90 Min.)</b> Treffen: Foyer Keine Grundkenntnisse nötig (bitte Voranmeldung*)				
	14.00								
<p> <b>Abendessen</b> 18.00 - 19.30 h</p>	14.45			<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	<b>Entspannung</b> (60 Min.) Ort: Gymnastikhalle (bitte Voranmeldung*)	
	17.30		<b>Vesper</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Rosenkranz</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Rosenkranz</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Eucharistiefeier</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Rosenkranz</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Rosenkranz</b> Ort: Mutterhauskirche
<p> <b>Abendessen</b> 18.00 - 19.30 h</p>	18.00			<b>Vesper</b> Ort: Mutterhauskirche		<b>Vesper</b> Ort: Mutterhauskirche		<b>Vesper</b> Ort: Mutterhauskirche	<b>Vesper</b> Ort: Mutterhauskirche
	19.45	 	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Musik</b> , Gästekapelle	<b>Musik</b> , Gästekapelle
	21.15				<b>Impuls in die Nacht</b> Ort: Kastanienwiese		<b>Impuls in die Nacht</b> Ort: Kastanienwiese		

Stand: 13.05.2022 \*kostenpflichtig, Anmeldung am Empfang Vitalzentrum

**Es gelten die jeweils aktuellen Bedingungen für den Aufenthalt zum Zeitpunkt der Anreise. Coronabedingte Abweichungen aufgrund behördlicher Auflagen sind daher möglich. Die jeweils gültigen Rahmenbedingungen finden Sie unter: <https://kloster-arenberg.de/covid-19-informationen.html>**

# Herzlich willkommen!



KLOSTER ARENBERG  
erholen • begegnen • heilen

Liebe Gäste,

von Herzen freuen wir uns, Sie im Kloster Arenberg begrüßen zu dürfen. Wir möchten Ihnen mit diesem Informationsblatt einen kleinen Wegweiser an die Hand geben, an dem Sie sich stets orientieren können. Er gibt einen Überblick über die Angebote, Veranstaltungen und Öffnungszeiten unserer Einrichtungen im Kloster. Auf der Rückseite sehen Sie eine kompakte Wochenübersicht mit unseren verschiedenen Tagesangeboten. Fühlen Sie sich frei das zu tun, wonach Ihnen gerade ist.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Aufenthalt!

## Angebote • Veranstaltungen • Öffnungszeiten:

### Mahlzeiten, Speisen & Getränke:

**Frühstück** 08.<sup>00</sup> - 10.<sup>00</sup> Uhr

**Mittagessen** 12.<sup>00</sup> - 13.<sup>30</sup> Uhr

**Abendessen** 18.<sup>00</sup> - 19.<sup>30</sup> Uhr

Hinweis: Im kleinen Speisesaal können Sie die Mahlzeiten schweigend verkosten.

Wir bitten Sie höflich, keine Speisen, kein Geschirr und keine Teekannen mit auf Ihr Zimmer zu nehmen.  
Herzlichen Dank!

**Klostercafé** täglich geöffnet  
von 14.<sup>30</sup> - 17.<sup>00</sup> Uhr  
frischer Kaffee und Kuchen  
  
(rund um die Uhr Kaffee und Teewasser über Automaten)

**Klosterkeller** ganztägig geöffnet zum gemütlichen Beisammensein

Hinweis: Hier finden Sie eine Auswahl an Getränken & Süßigkeiten.

Bitte bringen Sie alle leeren Flaschen und Gläser in den Klosterkeller zurück. Herzlichen Dank!

### Wohlfühlen & Fitness:

**Schwimmbad,** täglich geöffnet

**Sauna,  
Infrarot,  
Fitnessraum,  
Tret-/Armbecken**  
  
Beachten Sie dazu bitte auch die Aushänge an der Infotafel

**Vitalzentrum** (Massagen, Bäder, Physiotherapie, Fußpflege, Kneippsche Anwendungen) geöffnet Mo. - Sa.  
Beachten Sie dazu bitte auch die Aushänge an der Infotafel.

### Gespräche & Seelsorge:

Gesprächsbegleitung ist auf Wunsch möglich mit:  
Dr. Martin Hofmeir Durchwahl - 2021  
Gabriele Landler Durchwahl - 2175  
Schwester M. Ursula Durchwahl - 2275  
Kaplan Michael Toth Durchwahl - 2006

### Haben Sie Fragen?

Zögern Sie nicht, unsere Mitarbeiterinnen vom Empfang persönlich oder telefonisch anzusprechen.  
Per Telefon wählen Sie die Nummer 2051 (hausintern).

### So können Sie von außen angerufen werden:

0261 / 6401 2 und dann Ihre Zimmernummer

### Allgemeine Öffnungszeiten:

**Bibliothek** (Bitte Aushänge an der Infotafel beachten)  
Mo. 09.<sup>00</sup> - 11.<sup>00</sup> Uhr  
Di., Mi., Do. 08.<sup>00</sup> - 10.<sup>00</sup> Uhr  
Mi. 14.<sup>00</sup> - 16.<sup>00</sup> Uhr

**Klosterladen** (Bitte Aushänge an der Infotafel beachten)  
Mo. - Sa. 09.<sup>00</sup> - 11.<sup>00</sup> Uhr  
Di., Do., Fr. 15.<sup>00</sup> - 17.<sup>00</sup> Uhr  
So. 10.<sup>30</sup> - 11.<sup>15</sup> Uhr

**Kreativraum** Für aktuelle Angebote beachten Sie bitte die Aushänge an der Infotafel.

**Josefshof** (Stiller Bereich) täglich geöffnet  
08.<sup>00</sup> - 20.<sup>00</sup> Uhr

**Kräutergarten** zu jeder Zeit offen

### Eine kleine Bitte zum Schluss:

Bitte geben Sie am Abreisetag das Zimmer bis 10.<sup>00</sup> Uhr, Sonntags bis 11.<sup>00</sup> Uhr, frei. Herzlichen Dank und eine gute Heimreise!