



Bund Katholischer Unternehmer e.V.
Diözesangruppe Hamburg

bku, Hansjochen Mütel, Walderseestraße 34, 22605 Hamburg

Vorsitzender:
Hansjochen Mütel, Dipl.-Ing. Architekt
Walderseestraße 34 | 22605 Hamburg
Telefon: 040. 380 30 6-0 | Telefax: -66
E-Mail-Adresse: hjm@muetel.de

Hamburg, den 07.05.2018

BESINNUNGSWOCHENENDE KLOSTER NÜTSCHAU VOM 07. BIS 09.09.2018

Liebe Mitglieder und Freunde des BKU – DG Hamburg,

die Teilnehmer des Besinnungswochenendes in Nütschau im vergangenen Jahr haben einstimmig beschlossen, dass ein solches Wochenende unter dem Oberbegriff

„Meditation“

wiederholt werden sollte. Uns ist es nun gelungen, wie im Jahresprogramm veröffentlicht,

am Wochenende Freitag, 07.09. bis Sonntag 09.09.2018

Zimmer für uns zu reservieren und Herrn Marcus Lübbering wieder zu gewinnen, der uns auch vor einem Jahr so wundervoll begleitet hat.

Die Rücksprachen mit Herrn Lübbering waren davon geprägt, einen Ablaufplan für das Wochenende zu entwickeln, der die Vorjahresteilnehmer nicht langweilt, den Neuteilnehmern aber auch den geistlichen und historischen Hintergrund der Meditation vermittelt.

Die Meditation stammt aus dem Altertum und lässt sich sowohl aus dem Griechischen als auch aus dem Lateinischen ableiten und bedeutet in etwa: Nachdenken, nach dem Sinn überlegen.

Heute stellt die Meditation eine Hilfestellung dafür bereit, trotz des alltäglichen Stresses, zwischendurch zu sich selbst zu finden und zur Entspannung zu gelangen.

An diesem Meditationswochenende wollen wir also (weiter) versuchen, Methoden zu erlernen, wie wir im Alltag zur Ruhe kommen können.

Der gesamte Ablaufplan im Detail ist naturgemäß noch im Entstehen. Es sollen aber nachfolgend einige Inhalte vorgestellt werden, aus denen nach Abstimmung mit den Teilnehmern ein Gesamtprogramm entwickelt wird, um persönlich und individuell diese Meditationen fortsetzen zu können.

- A.1. Die Kraft der Meditation
- Achtsamkeit, Mitgefühl, Konzentration, Körperwahrnehmung
- A.2. Einzelmodule der Meditation
Zur Auswahl unter den Teilnehmern
- | | |
|---------|--------------------|
| Modul 1 | Präsens |
| Modul 2 | Atemmeditation |
| Modul 3 | Bodyscan |
| Modul 4 | Perspektive |
| Modul 5 | Gedankenmeditation |

Soweit die Vorschau bis zum heutigen Tag.

- B. Kosten
Die Kosten pro Person belaufen sich auf PAUSCHAL 160,00 €
Darin enthalten sind:
2 Übernachtungen
Abendbrot am Freitag
Vollpension am Samstag
Frühstück und Mittagessen am Sonntag
1 x Stehcafe mit Keksen
Wasser und Tee bei den Mahlzeiten

Die Zusammensetzung der Pauschale wird in der Anlage erläutert.
Leider wurden uns nur Einzelzimmer zugewiesen.

Entsprechend den Stornierungsbedingungen von Kloster Nütschau und den Ausfallpauschalen, die bei Absage gezahlt werden müssen, erbitten wir Ihre

ZUSAGE / TEILNAHMBESTÄTIGUNG BIS ZUM 22. MAI 2018

an die bekannte Mail-Adresse: hjm@muettel.de

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie kurzfristig eine Eingangsbestätigung, in der wir Ihnen die Zahlungsmodalitäten und die Stornierungsbedingungen mitteilen.
Bitte vergessen Sie nicht, die der Bestätigung beigefügte Widerspruchsbelehrung zu unterschreiben.

Gerne beantworte ich Ihnen auch weitere Fragen. Rufen Sie mich dazu gerne an oder schreiben mir eine E-Mail. Vielen Dank!

Mit freundlichen Grüßen



ANLAGE WIE ERWÄHNT

ANLAGE ZUM SCHREIBEN NÜTSCHAU 2018
NACHWEIS DER ERMITTLUNG DES PAUSCHALPREISES:

Es sind uns 15 Plätze in Einzelzimmer zugewiesen worden.
Der Referent, Herr Lübbering, belegt davon 1 Einzelzimmer

Herr Lübbering erhält KEIN Honorar,
hat aber die Übernachtungen und Verpflegung frei und
erhält eine Fahrgelderstattung.

Für Herrn Lübbering fallen somit folgende Kosten an:

1 Pauschale Nütschau	116,20 €
Fahrgeld Wiesbaden-Nütschau-Wiesbaden	
560 km x 2 x 0,42 €	470,00 €
<hr/>	
Summe	586,20 €
gerundet auf	600,00 €

Dieser Betrag ist auf 14 Plätze umzulegen

Umlagekosten $600 \cdot 14 = 42,85$ €	42,85 €
Basispreis	116,20 €
<hr/>	
Gesamtsumme pro Person	159,05 €
gerundet auf	160,00 €

Ich hoffe, Sie können sich mit dieser Pauschalierung der Umlagekosten einverstanden erklären.

Aufgestellt:

Hamburg, den 07.05.2018

bku Diözesangruppe Hamburg

