



## KLOSTER TRIEFENSTEIN

# MEINEN RHYTHMUS FINDEN

Do 19. bis So 22. November 2026



christustraeger



**2026**  
40 JAHRE  
VON CHRISTUS  
GETRAGEN  
JUBILÄUMS  
JAHR  
KLOSTER  
TRIEFENSTEIN  
christustraeger.org/40jahre

## DIE CHRISTISTRÄGER IM KLOSTER TRIEFENSTEIN

Die Christsträger Bruderschaft ist eine evangelische Kommunität, eine ordensähnliche Gemeinschaft innerhalb der evangelischen Kirche. Gemeinsam mit der Christsträger Weggemeinschaft, einer Familiengemeinschaft, leben, beten und arbeiten sie im Kloster Triefenstein. Dort führen sie ein Gästehaus und werden dabei unterstützt von einigen angestellten Mitarbeitenden und vielen Ehrenamtlichen.

Weitere Brüder leben in Ralligen und Zürich (Schweiz). Außerdem unterhält die Bruderschaft Stationen in Vanga (Kongo) und Kabul (Afghanistan).

*In der geschützten Atmosphäre des Klosters laden in Triefenstein alle Christsträger gemeinsam zur Begegnung ein: mit sich selbst, mit anderen und mit Gott.*

### KONTAKT

Christsträger Kloster Triefenstein - Gästebüro  
Am Klosterberg 2 · D-97855 Triefenstein

**TEL** +49 9395 777 110

**MAIL** [gaeste@christustraeger.org](mailto:gaeste@christustraeger.org)

**WEB** [christustraeger.org](http://christustraeger.org)

### WEGBeschreibung

mit dem Auto:

Autobahn A3 Frankfurt – Nürnberg, Ausfahrt Marktheidenfeld, dann in Richtung Triefenstein.

mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Vom Bahnhof Würzburg mit der Buslinie 633 in Richtung Marktheidenfeld, Ausstieg Erlenbach Rathaus. Vom Bahnhof Lohr mit der Buslinie 630 nach Marktheidenfeld ([www.de](http://www.de)).

In Erlenbach, Marktheidenfeld und vom Bahnhof Wertheim können wir Sie nach vorheriger Absprache abholen.

**Christsträger**  
Kloster Triefenstein  
Gästebüro  
D-97855 Triefenstein



# MEINEN RHYTHMUS FINDEN

Ausreichend Zeit haben zum Atmen und Lachen, zur Bewegung und zum Stillsein, für meine Familie und meine Hobbys, für mich selbst und für Gott. Eine schwierige Aufgabe, denn der Alltag in Beruf, Familie, Gemeinde fordert uns immer mehr heraus. Vielen fällt es schwer, zwischen Zeiten der Arbeit auch Zeiten der Entspannung zu finden, sich abzugrenzen und auch mal „Nein“ zu sagen.

In einer überschaubaren Gruppe wollen wir über darüber sprechen, was uns überfordert und wie wir lernen können, gesund und selbstbewusst damit umzugehen. Und wir wollen einander dazu helfen, einen gesunden Lebensrhythmus zu entdecken und zu leben. Referate, biblische Impulse, persönliche Erfahrungen, praktische Übungen sowie sportliche Angebote sollen Mut dazu machen, einen gesunden Lebensrhythmus zu entdecken und zu leben

Anne Scharpf (Gesundheitsberaterin)

Jürgen Scharpf (Coach und Burnout-Präventionsberater)

Ingrid und Christoph Zehendner

## AN- UND ABREISE

Bitte reisen Sie am Donnerstag zwischen 16 und 17.30 Uhr an. Der erste Programmfpunkt ist das gemeinsame Abendgebet um 18 Uhr in der Kirche, anschließend gibt es Abendessen. Abreise ist am Sonntag nach dem Mittagessen.

## TAGUNGSBEITRAG

Für die Tage berechnen wir pro Person für Verpflegung und Übernachtung (inkl. bezogenem Bett und Handtüchern) im

Einzelzimmer mit Waschbecken	231 €
Einzelzimmer mit Dusche und WC	270 €
Doppelzimmer mit Waschbecken	198 €
Doppelzimmer mit Dusche und WC	237 €

*Hinzu kommt eine Kursgebühr in Höhe von 140 €.*

Die Bezahlung ist mit EC-Karte, in bar vor Ort oder durch nachträgliche Überweisung möglich.

Für Gäste, die noch in der Ausbildung sind oder ein geringes Einkommen haben, haben wir ermäßigte Preise. Fragen Sie in unserem Gästebüro nach.

## FALLS SIE DOCH NICHT KOMMEN KÖNNEN ...

... wird bei einer Absage weniger als vier Wochen vor Beginn der Veranstaltung eine Ausfallgebühr fällig. Wir empfehlen eine Reiserücktrittsversicherung abzuschließen. Mehr dazu finden Sie in den Hausinfos auf unserer Webseite:

[christustraeger.org/hausinfo](http://christustraeger.org/hausinfo)

## ANMELDUNG

an umseitige Adresse oder per Mail an:  
**gaeste@christustraeger.org**

## MEINEN RHYTHMUS FINDEN

**DO 19.11. – SO 22.11.2026**

### NAME

---

### VORNAME

---

### STRASSE

---

### PLZ/ORT

---

### TELEFON

---

### E-MAIL

---

*Ich wünsche, wenn möglich,*

- Einzelzimmer
- Doppelzimmer
- Zimmer mit eigener Dusche
- Allergikerbett
- vegetarisches Essen

\_\_\_\_\_

## DATUM, UNTERSCHRIFT