

# Spirituelle Laufgruppe



*„Wir laufen, nicht weil wir meinen, dass es uns gut tut, sondern weil wir es genießen und nicht anders können... Je mehr wir von gesellschaftlichen Zwängen und unserer Arbeit eingeschränkt werden, desto wichtiger ist es, ein Ventil für unsere Sehnsucht nach Freiheit zu finden.“ (Roger Bannister)*

**Kontakt:**

Horst Roos  
Protestantisches Dekanat Frankenthal  
Gemeindepädagogischer Dienst  
Kanalstraße 6 (Dathenushaus)  
67227 Frankenthal  
Telefon 06233 2390977  
E-Mail [horst.roos@evkirchepfalz.de](mailto:horst.roos@evkirchepfalz.de)

**EINLADUNG**  
**Infoabend**  
**mit Lauftherapeut Günther Bergs**

## Spirituelle Laufgruppe

### INFOABEND

am Dienstag, dem 10. April 2018,  
um 20.00 Uhr und

### LAUFWORKSHOP

am Samstag, dem 14. April 2018,  
von 14.00–ca. 16.00 Uhr

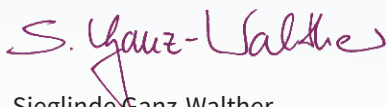
mit Lauftherapeut Günther Bergs

Laufen (oder auch Joggen) ist ein gutes Mittel zur Gesundheitsvorsorge. Laufen kann aber auch mehr sein: Beim Laufen ist der ganze Mensch dabei, mit seinem Leib, mit seinen Gefühlen, mit seinem Schmerz und seiner Hoffnung. Er ist da als der, der er gerade ist, und so ist er auch vor Gott.

Wer offen dafür ist, kann beim Laufen spirituelle Erfahrungen machen. Er spürt etwas von dem, was ihn hält. Er bekommt einen unverstellten Blick auf sein Verhältnis zu sich selbst, zu seinen Mitmenschen und zu Gott.

Laufen betrifft den ganzen Menschen. Es hilft, einen gesünderen Lebensstil einzunehmen – und es bringt in Berührung mit dem Heiligen Geist. Niemand, der sich auf den Weg macht, bleibt unverändert. Dazu laden wir Sie herzlich ein.

Ihre



Sieglinde Ganz-Walther  
Dekanin

## Als Läufer\*in

- ▶ habe ich Freude an der Bewegung
- ▶ lasse ich den Alltag hinter mir und werde ruhig
- ▶ spüre ich mich selbst, auch mit meinen Grenzen
- ▶ öffne ich die Augen für Natur und Mitmenschen

## Als spirituelle\*r Läufer\*in

- ▶ werde ich dankbar dafür,  
dass ich ein Teil dieser Schöpfung bin
- ▶ komme ich in Kontakt mit dem,  
was über mich hinausgeht
- ▶ erlebe ich tiefe Freude

## In der spirituellen Laufgruppe

- ▶ geht es um langsames, gesundheitsorientiertes Laufen
- ▶ darum, sich von der Gruppe zum Weiterlaufen motivieren zu lassen
- ▶ aufmerksam zu sein für das, was sich zeigen will

## Infoabend und Laufworkshop mit Günther Bergs

Wir laden Sie herzlich ein zum

### ▶ INFOABEND

am Dienstag, dem 10. April 2018, um 20.00 Uhr  
im Dathenushaus (Kanalstraße 6/Ecke Carl-  
Theodor-Straße, 67227 Frankenthal) und zur

### ▶ EINFÜHRUNG INS LAUFEN

mit Lauftherapeut Günther Bergs  
am Samstag, dem 14. April 2018,  
von 14.00–ca. 16.00 Uhr (Beginn im Dathenushaus).