

## Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. .... vom ..... bis .....

Kurzbezeichnung der Veranstaltung .....

Vor- und Zuname .....

Straße/Hausnummer ..... PLZ/Ort .....

Telefon ..... E-Mail .....

Geburtsdatum .....

Ich wünsche eine Übernachtung  im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 5,50 Euro/Nacht)

Ich benötige keine Übernachtung

Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum ..... Unterschrift .....

### Einzugsermächtigung

Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

IBAN .....

BIC .....

Geldinstitut .....

Ort .....

Kontoinhaber/-in .....

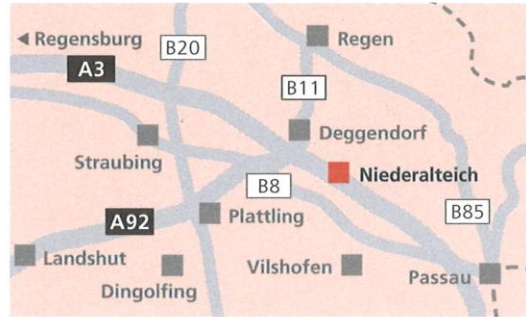
Datum/Unterschrift .....

# Anmeldung

## ANMELDE- UND GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

**Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet.** Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung. Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 12 Euro, ab 2 Wochen 25%. Bei Absage am Vortag/Tag des Seminars 100%.

**Preis:** Die im Programm aufgeführten Preise beinhalten Kursgebühr, Übernachtung und Vollpension. Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche/WC (Einzelzimmerzuschlag: 5,50 Euro pro Person/Nacht). Vegane Kost, Unverträglichkeiten usw. nach Absprache (Aufpreis: 20%). Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.



**Sie erreichen uns mit dem Auto** über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111).

**Sie erreichen uns mit dem Zug** über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf.

### RUF BUS Deggendorf HBF – Niederalteich:

Der Bus fährt nur Haltestellen an, für die eine Anmeldung vorliegt. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher). Die Fahrt kann auch online über [www.wohin-du-willst.de](http://www.wohin-du-willst.de) angemeldet werden.

### Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederalteich e.V.

Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederalteich  
Telefon 0049 (0)9901 9352-0  
Telefax 0049 (0)9901 9352-19  
[anmeldung@lvhs-niederalteich.de](mailto:anmeldung@lvhs-niederalteich.de)



[www.lvhs-niederalteich.de](http://www.lvhs-niederalteich.de)

## Mit Pilgern und Yoga Ankommen



26. bis 28. Juni 2026

**Mit Pilgern und Yoga ankommen  
in der Mitte des Jahres –  
in der ureigenen Mitte**

Ankommen, da wo man gerade ist, bei sich selbst. Das braucht Achtsamkeit und Hingabe.

Hingabe besteht in der einfachen, aber tiefgreifenden Weisheit, sich lieber dem Strom des Lebens anzuvertrauen, als sich ihm zu widersetzen.

Pilgernd unterwegs am freifließenden Donaustrom und mit Übungen aus dem Yoga und Meditativem Tanz tauchen wir ein in den wunderbaren Augenblick in der Mitte des Jahres – Jetzt.

Das Erleben in der Gemeinschaft, die Natur in ihrer Fülle, die Stille, die Zuwendung zu uns selbst und zueinander, schenken Vertrauen und nähren die Pilgerseele.

*„Wer, wenn nicht wir, wenn nicht jetzt,  
wann dann, feiern wir gemeinsam das Leben.  
Jetzt und hier danken wir dafür, was Himmel  
und Erde uns geben.“* Ali Schmidt



**Programm:**

**Freitag, 26. Juni 2026**

18:00 Uhr Ankommen und Abendessen  
19:00 Uhr Einstimmen und  
Kennenlernen.

**Samstag, 27. Juni 2026**

8:00 Uhr Frühstück  
9:00 Uhr Pilgern in den Donau-  
Auen auf der VIA NOVA.  
12:00 Uhr Mittagessen  
Kaffee und Kuchen  
15:00 Uhr Yoga-Praxis  
18:00 Uhr Abendessen  
19:00 Uhr Dem Erlebten nachspüren  
und den Tag ausklingen  
lassen.

**Sonntag, 28. Juni 2026**

8:00 Uhr Frühstück  
9:00 Uhr Pilgernd unterwegs.  
Spirituelle Abschluss in der  
Kapelle der LVHS.  
12:00 Uhr Mittagessen und Ausklang.  
13:00 Uhr Ende

Körperübungen aus dem Yoga, Gebärden, Atembewusstheit, geführte Meditationen, Stille-Zeiten, gemeinsames Singen und Meditative Kreistänze wechseln sich ab.

Die Weg-Strecken und Yoga-Übungen sind einfach und werden angepasst.

**Organisatorisches:**

**Beginn:** Freitag, 26. Juni 2026  
18:00 Uhr mit dem Abendessen

**Ende:** Sonntag, 28. Juni 2026  
13:00 Uhr nach dem Mittagessen

**Kosten:** 269 Euro inklusive Übernachtung im Doppelzimmer mit Dusche und Verpflegung



**Referentin:**  
Renate Veitl-Müller  
Pilgerwegbegleiterin,  
Yogalehrerin

**Bitte mitbringen:**

- Yogamatte
- Bequeme Kleidung für drinnen
- Wanderkleidung
- Kleiner Wanderrucksack mit Wasserflasche
- Sonnen- und Mückenschutz

*In Kooperation mit der KEB Passau.*