

# Seminare und Retreats

---

Die **Retreats und Seminare** sind als “Tage der persönlichen Arbeit” gedacht, als Ergänzung zu den wöchentlichen Treffen oder den Studien und Übungen. Sie können “virtuell” stattfinden (wenn die Gruppen oder Gemeinschaften geographisch weit voneinander entfernt sind) oder an einem konkreten Punkt (wenn die Teilnehmer an ein und demselben Ort wohnen).

Sowohl die Seminare als auch die Retreats können als **unabhängige Einheiten** angesehen werden, in dem Sinn, dass sie in keiner bestimmten Reihenfolge stattfinden müssen. Jedes einzelne jedoch hat einen festgelegten Ablauf, den es sich empfiehlt einzuhalten.

Für die Themen und praktischen Übungen werden nur geschätzte Zeitangaben gemacht, jede Gruppe sollte ihrem inneren Rhythmus und Arbeitsstil folgen.

Die Retreats und Seminare haben folgende geplante Dauer:

1. *Die Seminare dauern einen Tag.*
2. *Die Retreats dauern im allgemeinen zwei Tage.*