

Kongress-Programm SAMSTAG

9.30-10.30 Großer Saal

Anuvan (Thomas Eberle)

Die singende Ur-Medizin: Klangmassage mit den singenden Klangschalen - wie deine Stimme berühren und heilen kann

Gemeinsam werden wir mit ausgewählten Klangübungen die Resonanzräume für unsere Stimme neu entdecken und entfalten. Wir werden mit den singenden Klangschalen unsere 7 Chakras zentrieren und harmonisieren und unseren Energiekörper stärken. Du wirst erleben und spüren, wie auf diesem Weg der singenden Klangmassage Energieblockaden und Verspannungen gelöst werden können. Zum Abschluss kreieren wir zusammen einen singenden & schwingenden Heilkreis, wo wir alle aus dem Herzen tönen und tiefe Heilungsimpulse empfangen können und uns wie im Himmel fühlen können.

9.30 -10.30 Kleiner Saal

Lichtkreis-Meditation

Marina Kröger

Mein "Lichtkreis" besteht aus geführten und gechannelten Meditationsreisen. Wir werden Karten ziehen und aus meiner Arbeit als Schreib- und Sprechmedium werde ich vielleicht auch Botschaften für einzelne Teilnehmer empfangen und weitergeben dürfen. Ein weiteres Ziel ist es, eine Zeit lang aus dem Alltag in die Ruhe gehen zu können und das zu empfangen, was individuell gebraucht wird.

10.45 – 12.15 Großer Saal

"Traum(a)körper": Trauma- & Körpertherapie trifft Selbstliebe

Julia Fischer

In diesem Workshop hast Du die Gelegenheit, Deinen Körper „sprechen und fühlen“ zu lassen: Dein Körper wird Dir den Weg weisen, wo er etwas für Dich „aufbewahrt“ hat: zum einen vielleicht etwas Herausforderndes wie Schmerz, Angst, Trauer...Trauma?! Und zum anderen vielleicht Lebensfreude, Kraft/Energie, Vitalität, Sinnlichkeit, Kreativität...all diese Schätze, die wir oft als positiv oder negativ bewerten, schlummern in uns und warten darauf, in einem geschützten Rahmen gehoben zu werden, wenn die Zeit dafür Reif ist. Du bist eingeladen, Dich auf eine innere und äußere Reise mit Dir und Deinem „Körpertempel“ zu begeben, um ihn wieder gern zu bewohnen und dadurch ein Stück mehr in Deine Selbstliebe zurückzufinden

10.45 -12.15 Kleiner Saal

Nicole Schönemann

Du bist bist gut genug - Lerne dich selbst so zu lieben, wie du wirklich bist

Holen dich auch immer mal wieder die kleinen Zweifel ein, ob du wirklich gut genug bist? Bestimmt der innere Druck, alles möglichst perfekt machen zu wollen, dein Leben? Dann ist es an der Zeit, den alten Glaubenssatz "Ich bin nicht gut genug" loszulassen und zu transformieren. In diesem Workshop lernst du, wie die Engel dir helfen, wirklich auf deiner Seite zu stehen.

13.00 – 14.30 Großer Saal

"Lach dich glücklich" Lach-Yoga-Workshop

Birte Höfert & Nicole Andresen

Lachen verbindet. Lachen öffnet Herzen. Bei diesem Workshop erlebst Du die Magie des Lachens: Mit Lachyoga-, Dehn- und Atemübungen entdeckst Du Dein ureigenes Lachen (wieder). Zum Abschluss gibt es eine Lachmeditation und eine geführte Entspannung.

13.00 -14.30 Kleiner Saal

Traumdeutung/Tiefenpsychologie : „Ein Weg zu mir“

Peter Lorenzen

Träume zeigen uns Vergangenes, Gegenwärtiges und Zukünftiges auf. Sie helfen uns, Schweres aus unserem Leben bewusst zu machen, um es zu verarbeiten; sie zeigen uns unser gelebtes und noch ungelebtes Potenzial auf und bereiten uns auf mögliche Ereignisse in der Zukunft vor, damit wir vorbereitet sind oder uns bewusst für Änderungen in unserem Leben entscheiden können. Die meisten Traumbotschaften empfangen wir symbolisch verschlüsselt. Wir werden uns im Workshop mit den Grundelementen der Traumdeutung beschäftigen und sie an Ihren Traumbeispielen aufzeigen.

15.30 – 17.00 Großer Saal

Bettina Münster & Henriette Felix-Schumacher

Forum Tanztheater: "We are Elements"

Workshop rund ums Thema ERDE

Künstlerische Prozesse haben einen zutiefst heilsamen Charakter: es entsteht Gruppendynamik, Selbsta Ausdruck, Authentizität und ein kreatives Miteinander.

In unserem Workshop laden wir Menschen jeglichen Alters ab 18 Jahren – mit und ohne TanzTheaterErfahrungen – herzlich ein, dem Element ERDE auf künstlerische Art und Weise zu begegnen und unsere Form des TanzTheaters kennenzulernen: Welche Bilder, Worte, Assoziationen entstehen in uns, wenn wir uns mit dem Element ERDE beschäftigen?

Welche Bewegungen, welche Aktionen lösen angeleitete Improvisationen in den Einzelnen aus?

Wie können diese individuell gefundenen Bewegungssequenzen miteinander verbunden und zu Elementen eines TanzTheaterStücks gestaltet werden? Wir freuen uns, diese und ähnliche Rätsel mit euch zu lösen!

15.30 – 17.00 Kleiner Saal

Nguyen Thi Hong Minh

"Dien Chan-Workshop": Erlernen der vietnam. Gesichtsreflexzonenmassage

Wohlfühlen mit VinaMa® Gesichtreflexzone Massage aus Vietnam VN! Sie ist schnell in der Anwendung, außerordentlich wirkungsvoll, leicht erlernbar für jeden & überall und jederzeit anwendbar. Sie bewirkt: Aktivierung der Selbstheilungskräfte, Heilung, Linderung von Schmerz, Vorbeugung, Regeneration, Wellness / Entspannung, Seelische Ausgeglichenheit u.v.m. VinaMa® ist nicht nur eine alternative ganzheitliche Heilmethode für Körper, Geist und Seele, sondern auch eine Lebenskunst.

www.lotuswellnessvinamassage.de

19.30-21.00 Großer Saal

Beziehungs- & Tantra "Schnupperworkshop"

Julia & Ulf Fischer

In diesem Workshop setzen wir uns erfahrungsorientiert mit den Schlüsselthemen Beziehung & Achtsamkeit auseinander: Wir erforschen, wie offen das eigene Herz wirklich ist für Liebe & Beziehung, mit sich selbst und anderen. Diese „Berührbarkeit“ ist der Schlüssel zu wirklicher Nähe und Verbindung. Du erfährst, wie wichtig BewusstSEIN & Achtsamkeit im Miteinander und in der Begegnung ist. Du erhältst einen Vorgeschmack, wie Tantra dabei unterstützen kann, die bisher gelebte Sexualität auf eine höhere Stufe zu stellen. Und Du bist eingeladen, vorgefertigte Meinungen und ein mögliches „Schmuddel-Imge“ des Tantra aufzugeben und Dir selbst ein Bild und eine Erfahrung zu erlauben, die Dich Dir selbst, Deinem Körper (und dadurch Deinem Partner) näher bringt. Dieser Workshop ist besonders für Frauen und Männer gedacht, die spüren, dass Ihnen im Bezug auf das „Körperlich-SEIN“ etwas fehlt. Er soll inspirieren und neugierig machen und erlaubt Dir, in einem geschützten Raum durch Selbsterfahrungsübungen mehr über Dich (und Dein Gegenüber) zu erfahren. Die Übungen sind so konzipiert, dass sowohl Einzelpersonen, Singles als auch Paare davon profitieren. Sie beinhalten KEINE Nacktheit oder sexuelle Praktiken und schaffen einen liebevollen, achtsamen und geschützten Rahmen, in dem jeder für sich entscheidet, was erfahren werden möchte.

21.15-22.15 Großer Saal

Abendkonzert: SeelenTraumklänge

Anuvan (Thomas Eberle)

Wundervolle Klänge, Obertongesang & Gesänge des Herzens laden dich ein, dich im Innersten berühren zu lassen und Leib und Seele einfach schwingen & singen zu lassen.