



Seminare

Unsere Seele spricht mit uns

Wir erarbeiten anhand eines Fragebogens, der nach bestimmten Kriterien gestaltet ist, unser persönliches Ziel bzw. Vision. Die Seminarleiterin unterstützt Sie dabei über Ihre Hände und andere Techniken. Diese geben uns wertvolle Hinweise, wo Sie selbst nicht weiterwissen. Am Ende hat jeder Teilnehmer eine klare Vorstellung von dem, was zu ihm gehört.

Im letzten Teil gestalten wir eine Collage, um bildhaft dem Ausdruck und Kraft zu geben, was unsere Seele für uns sichtbar gemacht hat.

Max. 5 Teilnehmer

Termine: Samstag, 24. September, 9 bis ca. 17:30 Uhr
Samstag, 12. November, 9 bis ca. 17:30 Uhr

Gebühr: 85,- Euro

Leitung: Carmen Schüle ist Buchautorin, Seminarleiterin und Beraterin, Praxis in Staufen

Anmeldung: Tel. 07633 82378



Trommeln und Meditation

Rhythmus von Kopf bis Fuß mit und auf allem, was Töne erzeugt und in der Stille sich der Klänge erinnern. Percussionsinstrumente und Trommeln, Sitzkissen sowie gutes Wasser zum Trinken sind vorhanden. Bitte eine Kleinigkeit für das gemeinsame Mahl, bequeme Kleidung, Socken und eine Decke mitbringen.

Termin: Sonntag, 25. September, 10 bis 17 Uhr

Kursgebühr: 49,- Euro

Leitung: Annemarie Jung, vielfältige Gruppen-, Musik- und Meditationserfahrungen

Anmeldung: Tel. 07634 6949398



Kochkurs: Einführung in die 5 Elemente Küche, Teil 1

Kochen und Genießen: Menüzusammenstellung, Koch- und Schneidtechnik, Alternative Eiweißquellen. Gekocht wird ein Menü mit Dessert und Fünf-Elemente-Tee

Termin: Mittwoch, 5. Oktober, 18:15 bis 22 Uhr

Kochkurs: Einführung in die 5 Elemente Küche, Teil 2

Kochen und Genießen: die herzhaft Süße des Lebens
Der süße Geschmack stärkt die Mitte und macht glücklich.
Desserts und Süßigkeiten für zwischendurch, natürlich ohne Zucker! Herzhaft Snacks und Pasten ergänzen die Schlemmerei. Auch für Neueinsteiger geeignet.

Termin: Mittwoch, 26. Oktober, 18:15 bis 22 Uhr

Kochkurs: Winterwärme aufbauen

Essen, das einem warm ums Herz wird! Ein Winter mal ohne Erkältungen. Kochtechniken, Gewürze, ein Menü zusammenstellen und ein heißes Dessert, natürlich ohne Zucker! Auch für Neueinsteiger geeignet.

Termin: Mittwoch, 23. November, 18:15 bis 22 Uhr

Kostenbeitrag für diese Kochkurse: 42,- Euro

Kochkurs: Vegetarische Festtagsküche

Das besondere Essen für Freunde und Feste! Außerdem:
Wie bereite ich ein Fest vor und bleibe dabei entspannt?

Termin: Mittwoch, 7. Dezember, 18:15 bis 22 Uhr

Kostenbeitrag: 48,- Euro

Referentin: Claudia Nietzel, Kochschule, Leben mit den Fünf Elementen, Catering, Ernährungsberatung

Anmeldung: Tel. 0761 1375172



Loslass-Ritual

Wer trauert, weiß, dass es wichtige Dinge gibt, die man noch sagen wollte, aber keine Zeit mehr dafür hatte. Daran denken wir immer wieder. Manchmal quälen uns diese Gedanken sogar. Während wir am Feuer sitzen, werden wir das Ungesagte auf schönes Papier schreiben, wer will kann es anschließend laut vorlesen und es dann verbrennen. Die Kraft der Erleichterung ist sofort spürbar. Nach dem Ritual werden wir essen und trinken, um den neuen Lebensschritt zu begrüßen.

Termin: Sonntag, 2. Oktober, 16 - 20 Uhr

Ort: Acker in Staufen

Kostenbeitrag: 45,- Euro

Leitung: Annemarie Jung, Trauerbegleiterin

Anmeldung: Tel. 07634 6949398



Malen und Zeichnen von Objekten

Wir lernen zu sehen und erfassen Farbnuancen, Kontraste und Perspektiven. Mein Zeichen-Professor sagte zu uns Studenten: "Jeder kann zeichnen, manchmal muss einer nur lernen genau hinzusehen."

Das Zeichenmaterial ist selbst mitzubringen und kann bei der Anmeldung besprochen werden.

Termin: Samstag, 8. Oktober, 10 bis 18 Uhr und

Sonntag, 9. Oktober, 10 bis 16 Uhr

Kursgebühren: 120,- Euro, bei Bedarf Mittagstisch und Kuchen

Leitung: Martina Wende, Dipl.-Ing. Architektur, freischaffende Künstlerin

Anmeldung bis 26. September: Tel. 069 46997961



Männer und Frauen in ihrer Kraft

Dies ist ein Tag, in dem wir unsere Kraft spüren können, die sonst so oft brach liegt. Die Männer werden im Wald Brennholz machen, die Frauen singen, während sie das Essen vorbereiten und es auf dem Feuer kochen. Sobald die Männer von der harten Arbeit zurück sind, essen wir gemeinsam und berichten von unseren Erlebnissen. Mitzubringen sind festes Schuhwerk, Axt und wer hat, eine Motorsäge.

Termin: Samstag, 22. Oktober, Männer um 9 Uhr,

Frauen und Kinder um 11 Uhr

Ort: Acker in Staufen

Kostenbeitrag: 45,- Euro inkl. Essen und Trinken

Leitung: Reinhard Stöcks und Annemarie Jung

Anmeldung: Tel. 07634 6949398



Partner-Massagen spielerisch lernen

In der heutigen Zeit ist oft kein Platz oder es besteht eine Scheu, den Partner mit einer Massage zu verwöhnen. Dieser Kurs gibt Einblicke in Grundgriffe, Entspannungsübungen und nimmt die Scheu „was falsch“ zu machen beim Massieren. Mitzubringen sind: Handtücher, Bademantel, bequeme Kleidung, Lieblingsentspannungsmusik und etwas Feines fürs Mittagsbüfett.

Termin: Samstag, 29. Oktober, 10 - 16 Uhr

Kursgebühr: 42,- Euro

Leitung: Reinhard Stöcks, massiere seit zehn Jahren: LOMI LOMI, Ayurveda, Wirbelrichten nach Dorn

Anmeldung: Tel. 07633 9237532



Circle Song und Meditation

Im Kreis stehen, den Körper und die eigene Stimme erleben und erfahrbar machen mit einfachen kleinen Liedern, die aus dem Herzen kommen. Wer will, spielt ein Percussionsinstrument dazu. Im Wechsel sitzen wir in der Stille und erleben Ruhe und Hingabe.

Percussionsinstrumente, Sitzkissen sowie gutes Wasser zum Trinken sind vorhanden. Bitte eine Kleinigkeit für das gemeinsame Mahl mitbringen sowie bequeme Kleidung, Socken und eine Decke. Gerne singen wir auch mitgebrachte Lieder.

Termin: Sonntag, 30. Oktober, 10 bis 17 Uhr

Kursgebühr: 49,- Euro

Leitung: Annemarie Jung, vielfältige Gruppen-, Musik- und Meditationserfahrungen

Anmeldung: Tel. 07634 6949398



Intuitives Malen und Zeichnen

Auf der Spur nach unseren inneren Bildern. Jeder Mensch trägt innere Bilder in sich und unsere Visionen streben nach Realisation. In diesem Kurs lernen Sie durch verschiedene Methoden Ihre Kreativität zu aktivieren und Ihre inneren Bilder als Kunstwerk sichtbar werden zu lassen.

Das Zeichenmaterial ist selbst mitzubringen und kann bei der Anmeldung besprochen werden.

Termin: Samstag, 5. November, 10 bis 18 Uhr und

Sonntag, 6. November, 10 bis 16 Uhr

Kursgebühren: 120,- Euro, bei Bedarf Mittagstisch und Kuchen

Leitung: Martina Wende, Dipl.-Ing. Architektur, freischaffende Künstlerin

Anmeldung bis 24. Oktober: Tel. 069 46997961



Wohlfühltag für Frauen

Raus aus dem Alltag, rein ins Wohlfühlen. Wie geht das?

Indem wir singen, musizieren, meditieren, tanzen, einander zuhören, Wünsche äußern und uns mitteilen mit unseren Bedürfnissen und Interessen. Was brauchen wir, um glücklich zu sein? Das finden wir gemeinsam heraus.

Bitte eine Kleinigkeit für das gemeinsame Mahl, bequeme Kleidung, Socken, eine Decke, unsere derzeitige Lieblingsmusik und -öl mitbringen.

Termin: Sonntag, 13. November, 10 bis 17 Uhr

Kursgebühr: 49,- Euro

Leitung: Annemarie Jung

Anmeldung: Tel. 07634 6949398



Kochen und Meditation

Das Lächeln der Radieschen - Ein Tag in Achtsamkeit, in Ruhe sich nährend mit gemeinsamem Kochen nach den Fünf Elementen, Essen und Meditation. Die innere Mitte finden in Stille und Genuss. Herbstzeit - betrachten und loslassen.

Nahrungsmittel, gutes Wasser zum Trinken sowie Sitzkissen sind vorhanden. Bitte bequeme Kleidung, Socken und eine Decke mitbringen.

Termin: Sonntag, 20. November, 10 bis 18 Uhr

Kursgebühr: 85,- Euro, inkl. Lebensmittel

Leitung: Claudia Nietzel, Köchin für die Fünf Elemente

Annemarie Jung, vielfältige Meditationserfahrungen

Anmeldung: Tel. 0761 1375172 und Tel. 07634 6949398



Aktzeichnen und -malen

Ein Entdecken der weiblichen Formen. Im vertrautem Rahmen stellen sich für Sie zwei Aktmodelle zur Verfügung.

Das Zeichenmaterial ist selbst mitzubringen und kann bei der Anmeldung besprochen werden.

Termin: Samstag, 3. Dezember, 10 bis 18 Uhr und
Sonntag, 4. Dezember, 10 bis 16 Uhr

Kursgebühren: 150,- Euro, bei Bedarf Mittagstisch und Kuchen
Leitung: Martina Wende, Dipl.-Ing. Architektur, freischaffende
Künstlerin

Anmeldung bis 21. November: Tel. 069 46997961



Das neue Jahr aktiv erleben

Gute Vorsätze alleine reichen nicht. Unterstützen Sie Geist und Seele in dem, was sich entwickeln möchte. Vielfältige Anleitungen und eine Abschlusscollage lassen das Neue Jahr mit Freude beginnen. Max. 8 Teilnehmer

Termin: 17. Dezember, 9 bis ca. 17:30 Uhr

Gebühr: 85,- Euro

Referentin: Carmen Schüle ist Buchautorin, Seminarleiterin
und Beraterin, Praxis in Staufen

Anmeldung: Tel. 07633 82378