

Ihre Kursleiter*innen



Astrid Heidemann

Theologin und Biologin,
Zen-Schulung „Leben aus der Mitte“



Annette Hiß

tiefenpsychologisch fundierte
Beraterin und (Lehr-)Supervisorin (DGfP),
Balint- und Traumgruppen,
www.hiss-supervision.de



Axel Klugmann

Bewegungstherapeut,
Lehrer für Taijiquan und Qigong
und Alexandertechnik,
www.axelklugmann.de



Lydia Rau

Dipl.-Religionspädagogin und
Lehrerin für Qigong Dancing,
Bad Krozingen

Programm

Fr., 17. Juni, 10 - 17.30 Uhr
Die Botschaften der Träume

Sa., 25. Juni, 16 - 17.30 Uhr
Qigong Dancing

Sa., 30. Juli, 10 - 16.30 Uhr
Ein Tag in Stille und Bewegung

Sa., 6. August, 10 - 17.30 Uhr
Immer wieder zu sich selbst nach Hause kommen

Sa., 13. August, 10 - 17.30 Uhr
Die Botschaften der Träume

Sa., 20. August, 16 - 17.30 Uhr
Qigong Dancing

Mi., 31. August, 10 - 17.30 Uhr
Wohlfühltag mit Qigong und Taijiquan

Anmeldung

Evangelische Erwachsenenbildung
Emmendingen | Breisgau-Hochschwarzwald

Online-Anmeldung
www.eeb-ebh.de/angebote , Suchwort „Schluchsee“
Telefonische Anmeldung unter
07633-92557044 oder 07641-9185454
mit Angabe der Rückrufnummer

Überweisung Teilnahmebeitrag
IBAN: DE71 5206 0410 0005 0205 14
BIC: GENODEF1EK1
Verwendungszweck „EEB Schluchsee“,
Datum des Kurses, Ihr Vor- und Zuname

**Impulse
geben!**

Evangelische
Erwachsenenbildung
Emmendingen
Breisgau-Hochschwarzwald



EVANGELISCHE
LANDESKIRCHE
IN BADEN

Auszeiten am See

Urlaub für Körper, Geist und Seele
in Schluchsee

Juni - August 2022

**Impulse
geben!**

Evangelische
Erwachsenenbildung
Emmendingen
Breisgau-Hochschwarzwald

www.eeb-ebh.de

Auszeiten am See

Urlaub für Körper, Geist und Seele in Schluchsee

Juni - August 2022

Herzlich willkommen

Urlaub am See - das bringt in Bewegung, entspannt, lässt zur Ruhe kommen und Neues entdecken. Mal so, mal so. In den Sommermonaten laden wir Sie herzlich ein, Ihren Urlaubstag am Schluchsee mit einem besonderen Erlebnis zu bereichern und dabei auch Ihrem Körper, Ihrem Geist und Ihrer Seele etwas Gutes zu tun. Wir freuen uns, wenn Sie unter den Angeboten etwas für sich entdecken.

Mit sommerlichen Grüßen

Ihre

Evangelische Erwachsenenbildung

Emmendingen | Breisgau-Hochschwarzwald

Evangelische Kirchengemeinde Lenzkirch-Schluchsee



Zu den Kursen:

Die Anmeldeinformation finden Sie auf der Rückseite.

Die Botschaften der Träume

Dieses Tagesseminar richtet sich an alle, die etwas über die tiefere Bedeutung von Träumen erfahren wollen. Neben einer allgemeinen Einführung zum Traumgeschehen auf der Basis der Analytischen Psychologie nach C.G.Jung werden Sie sich verschiedenen Möglichkeiten der Traumdeutung zuwenden. Der Tag möchte dazu anregen, sich eigenen Träumen zu widmen und sie auf ihre hilfreiche Botschaft hin zu befragen.

Termine:

Sa., 17.06.22

Sa., 13.08.22

10 - 17.30 Uhr

Kosten:

60 Euro,

Förderbeitrag 75 Euro,

Ermäßigung auf Nachfrage

Leitung:

Annette Hiß

Immer wieder zu sich selbst nach Hause kommen

Was begegnet uns, wenn wir innehalten - einkehren? Und was lassen wir vielleicht hinter uns, wenn wir nach außen, zurück und nach vorn schauen? Ist auskehren vielleicht loslassen? Oder verabschieden? Um etwas Neues zu gewinnen? Ein Ein- und Auskehrtag, der ankommen lässt.

Termin:

Sa., 06.08.22

10 - 17.30 Uhr

Kosten:

60 Euro,

Förderbeitrag 75 Euro,

Ermäßigung auf Nachfrage

Leitung:

Annette Hiß

Ein Tag in Stille und Bewegung

Achtsame Bewegungen des Qigong und stille Meditation im Stil des Zen: In der wunderschönen Kirche über dem Schluchsee in der Natur des Hochschwarzwaldes nehmen wir uns einen Tag Zeit, in die Stille hinein zu horchen, achtsam zu werden für das, was sich melden will. Einfach auszuführende Qigong-Übungen und stille Sitz-Meditation wechseln sich ab. Alle Übungen werden so angeleitet, dass sie ohne Vorkenntnisse ausführbar sind.

Dieser Tag ist geeignet für Menschen mit und ohne Vorerfahrungen in Qigong und (Zen-) Meditation. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit flacher Sohle.

Termin:

Sa., 30.07.22

10 - 16.30 Uhr

Kosten:

45 Euro,

Förderbeitrag 60 Euro,

Ermäßigung auf Nachfrage

Leitung:

Astrid Heidemann, Axel Klugmann



Qigong Dancing

Eineinhalb Stunden voller Dynamik: Qigong Dancing ist eine Einladung zum Auftanken, zum Stärken und zum Tanzen, Tanzen, Tanzen. Sie sind eingeladen, sich selbst und dem Leben auf die Spur zu kommen und zu entdecken, wie wunderbar Gott uns geschaffen hat. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, leichte Schuhe mit flacher Sohle.

Termine:

Sa., 25.06.22

Sa., 20.08.22

16 - 17.30 Uhr

Kosten:

8 Euro,

Förderbeitrag 15 Euro

Leitung:

Lydia Rau

Wohlfühltag mit Qigong und Taijiquan

Taijiquan und Qigong sind verwandte Bewegungskünste mit langer Tradition, die hauptsächlich im Stehen und in Schrittfolgen ausgeführt werden. Sie haben eine gute Wirkung auf unsere körperliche und geistige Gesundheit und sind Bestandteile der Traditionellen Chinesischen Medizin. Wir erlernen ruhige und leicht dynamische Übungssequenzen aus beiden Disziplinen. Sie fördern körperliche Flexibilität, gute Haltung und Zentriertheit. Innere Ruhe stellt sich ein. Die Übungen sind für jede*n geeignet. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Schuhe mit flacher Sohle und Isomatte/Decke

Termin:

Mi., 31.08.22

10 - 17.30 Uhr

Kosten:

50 Euro,

Förderbeitrag 70 Euro,

Ermäßigung auf Nachfrage

Leitung:

Axel Klugmann