

ATMUNG – YOGA – STIMME – MUSIK 2016

Kirche Neuendorf / Hiddensee / 27.04. - 30.04.2016

Programm:

Mittwochabend / 27. April 2016

20.00 Uhr **HERZLICHES WILLKOMMEN zum Workshop**
ATMUNG – YOGA – STIMME – MUSIK 2016

Donnerstag / 28. April 2016

- 07.00 Uhr** Musik: « Morgenlicht »
- 07.30 Uhr** Morgenyoga: « Tiefer Atem – Höheres Bewusstsein »
bitte bring dir bequeme Kleidung, eine Matte als Unterlage, eine Decke,
eventuell ein Sitzkissen mit
- 09.00 Uhr** Angebot: « gemeinsames Frühstück auf der Wiese »
dafür bring bitte deine Lieblingsmarmelade, Obst... mit, und wir decken
gemeinsam den Tisch
- 14.30 Uhr** Stimme: « dein Atemrhythmus ist dein Lebensrhythmus »
– komme in Kontakt mit deiner Persönlichkeit –
- 16.30 Uhr** Yoga: « Der Nabel – das Tor zu deiner Kraft »
– steh mutig zu dir und deinen Überzeugungen –
- 19.30 Uhr** Stimme: « Leibanschluss »
– nutze den Leib für die Kraft deiner Stimme –
- 21.00 Uhr** Musik: « Abendlicht »

Freitag / 29. April 2016

- 06.00 Uhr** Musik: « Deine Seele ist Klang »
- 07.00 Uhr** Morgenyoga: «... und Gott war das Wort. »
– inspiriere deinen Geist und staune –
- 09.00 Uhr** Angebot: « gemeinsames Frühstück auf der Wiese »

