

Workshop-Programm an unseren Kunst- und Erlebnistagen in der Engelscheuer in Mauenheim

Samstag

- 14.00 Uhr Vernissage und Einführung in das Friedensfahnenkunstprojekt
- 15.00 Uhr Das Wippholz - bewegende Holzheilkunst, eine Einführung
- 15.30 Uhr ganzheitlich geführte Kräuterwanderung (Dauer ca 1,5 Stunden)
- 16.00 Uhr Begegnungen mit Motherdrum und Räucherwerk
- 17.00 Uhr Aikido, eine japanische Kampfkunst
- 18.00 Uhr Trommelnd und tanzend in den Abend

Ganztägig, an beiden Tagen

Alle Besucher der Kunst- und Erlebnistage sind eingeladen, gemeinsam eine Plastik aus Ton zu gestalten. Mit der Sandperformance „open hand“ wird auf das Friedensfahnenkunstprojekt eingestimmt, um eine Fahne zu bemalen.

Sonntag

- 10.00 Uhr Yoga am Morgen
- 10.30 Uhr Kräuter-Destillation zur Herstellung eines Körperumfeldsprays
- 11.30 Uhr Aikido, eine japanische Kampfkunst
- 12.00 Uhr Begegnungen mit Motherdrum und Räucherwerk
- 13.00 Uhr Edelsteine: ein wichtiger Bestandteil der Heilkunst
- 14.00 Uhr Im Reich der Pflanzengeister
- 15.00 Uhr Den Wert der Lebensmittel-Zubereitung neu entdecken
- 16.00 Uhr Mit dem Körper verbunden, Einblick in das Chakren-System
- 17.30 Uhr Abschlusskonzert mit der Gruppe Gura.Life**

Die Workshops dauern etwa 45 Minuten. Die Teilnahme ist kostenlos.

Zwischen den Workshops:

Yoga für Zwischendurch: 10 Minuten atmen, konzentrieren und entspannen

Samstag: 14.45 Uhr, 15.45 Uhr, 16.45 Uhr

Sonntag: 12.45 Uhr, 13.45 Uhr, 15.45 Uhr, 16.45 Uhr

Kurz-Meditationen:

Samstag: 17.45 Uhr

Sonntag: 11.00 Uhr, 14.45 Uhr