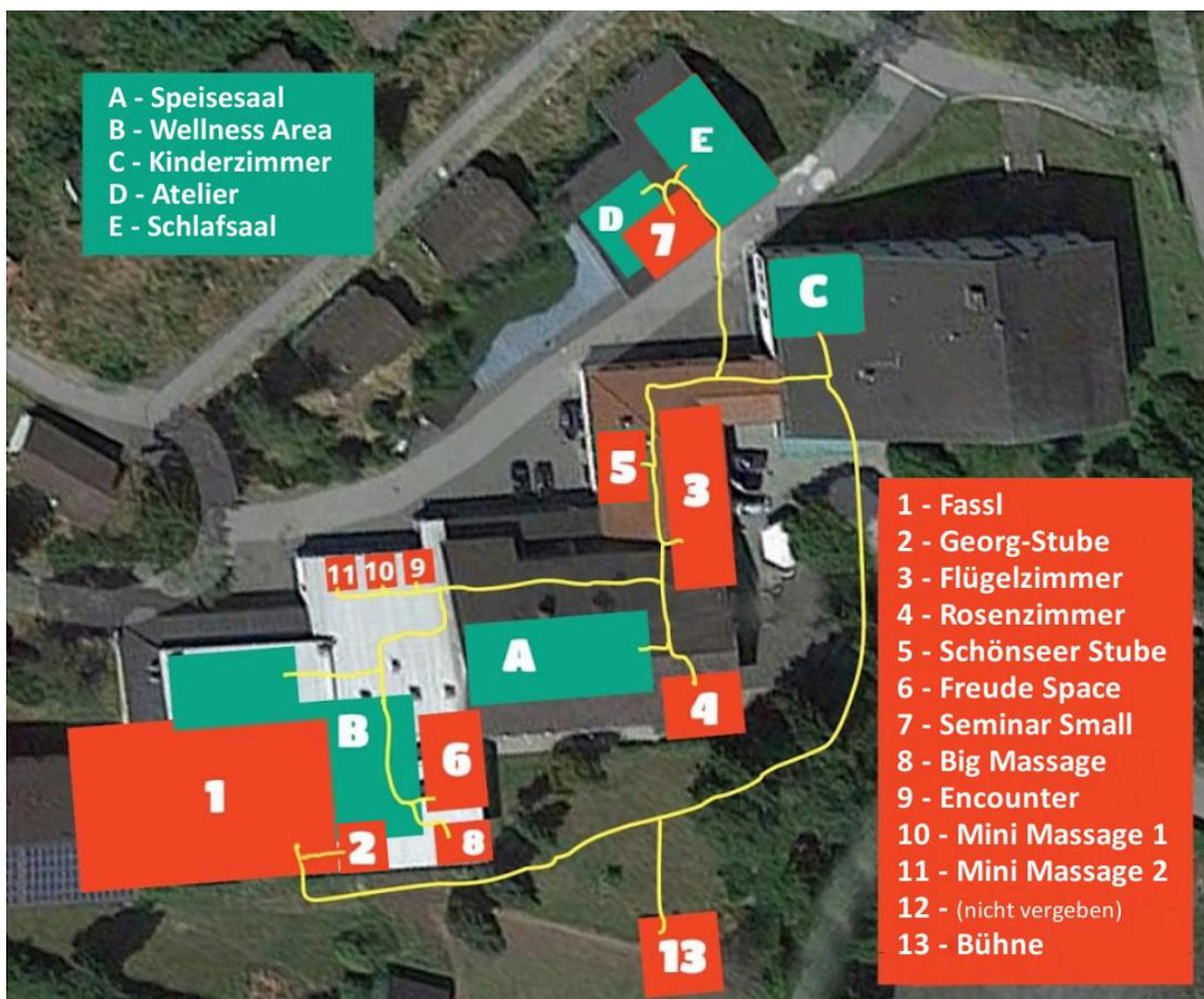




Verwendet zum bearbeiten der Google Docs euer Notebook. Um sie mit dem Handy zu bearbeiten braucht ihr diese App ([Android](#) / [iOS](#)).

Workshopzimmer - Übersicht:



Welcher Workshop wann in welchem Zimmer stattfindet wird nach de Workshopvorstellungsrunden in einem separaten GoogleDoc eingetragen, in dem dann alle Teilnehmer nachschauen können.

Programmplan

Tragt euch in die **gelben Felder** ein. Unten findest du die Workshoptexte.

Scrollen! ↴

Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	<p>Morgenworkshops 8:00 - 9:00 [Bewusstheits-Übung mit Roland G. Krügel] [Hanna & Brunos Morgen - Programm: Bewegung, Spüren (Feldenkrais), Atmung, Osho Schüttelmeditation Kinder können mitmachen] [Wer/Was]</p>	<p>Morgenworkshops 8:00 - 9:00 [Bewusstheits-Übung mit Roland G. Krügel] [Yoga mit Shantala Wohlstand und Fülle] [Hanna & Brunos Morgen - Programm: Bewegung, Spüren (Feldenkrais), Atmung, Osho Schüttelmeditation Kinder können mitmachen] [Sara/5 Sprachen der Liebe]</p>	<p>Morgenworkshops 8:00 - 9:00 [Bewusstheits-Übung mit Roland G. Krügel] [Nicole/Frauen oder Männerkreis] [Wer/Was] [Wer/Was]</p>
	<p>Frühstück 9:00 - 10:00 Besprechung Share Team Care Team 9:45 - 10:30</p>	<p>Frühstück 9:00 - 10:00</p>	<p>Frühstück mit Abfahrtsorganisation 9:00 - 10:00</p>
	<p>Warm Up World Café Contact Improvisation 10:30 - 13:15</p>	<p>Workshops 10:30 - 12:00 [ContancTango improv Playshop Taro] (Eye Contact Experience Tam Tran Thi) [Mito/Flugschule] [Eila/Circle Songs] [Nicole/Authentische Beziehungen] [Wer/Was] [Wer/Was] [Wer/Was]</p>	<p>Workshops 10:30 - 12:00 [BodyWork&Kontakt Improvisation Taro] [Visionarbeit - innerer Leitsatz Tam Tran Thi] [unverschämt männlich - Ulli & Gerald] [Mito - die Welt steht Kopf] [Wer/Was] [Wer/Was] [Wer/Was] [Wer/Was]</p>
		<p>Sharinggruppen 12:15-13:00 [Sharingteam] [Roland] [Bruno: Der unterschätzte Faktor von Reihenfolge und Kombi beim</p>	<p>Sharinggruppen 12:15-13:00 [Sharingteam] [Roland] [Bruno: Frei von Medikamenten? Was macht uns wirklich Gesund?]</p>

		<p>Essen - Wie wir für unsere Gesundheit selbst die Verantwortung übernehmen können]</p> <p>[Wer moderiert]</p> <p>[Wer moderiert]</p>	<p>[Wer moderiert]</p> <p>[Wer moderiert]</p>
	<p>Mittagessen</p> <p>13:15 - 14:15</p>	<p>Mittagessen</p> <p>13:15 - 14:15</p>	<p>Mittagessen</p> <p>13:15 - 14:15</p>
	<p>Workshops</p> <p>14:45 - 16:15</p> <p>[Contact Improvsation Kontakt Qualitäten Taro]</p> <p>[Julia/Naturlauschen]</p> <p>[Eila/Duft&Frage]</p> <p>[Marion/Namaste! Bedürfnisse und Grenzen: Love Space]</p> <p>[nomike/Safer Sex Workshop]</p> <p>[Sara/Eltern World Café]</p> <p>[Klaus Güth Innere Kindarbeit 1]</p> <p>[Wer/Was]</p>	<p>Workshops</p> <p>14:45 - 16:15</p> <p>[Beate v. Espavo Healing / Soundhealing Circles]</p> <p>[Gerald / Biodanza, KontrolverLUST]</p> <p>[Mito/Sprache der Berührung] nomike/Playfight</p> <p>[Klaus Güth / Begegnung der Geschlechter (was ich immer schon mal sagen wollte)]</p> <p>[Wer/Was]</p> <p>[Wer/Was]6</p> <p>[Wer/Was]</p>	<p>Festival Abschluss</p> <p>Raumlauf</p> <p>Feedbackkreis</p> <p>Redeimpulsrunde/Ernte</p> <p>Gruppenfoto/Film</p> <p>14:45- 16:00</p>
<p>Ankommen</p> <p>17:30 - 18:30</p>	<p>Workshops</p> <p>16:30 - 18:00</p> <p>[Beate v. Espavo Healing / BioDynamic Breathwork]</p> <p>[KatrIn/It's Yoni Time - Ein Workshop für Frauen]</p> <p>[Stefan/Komm in Contact mit deinem Inneren Kind]</p> <p>[Julian/Emotionale Evolution / Kinesiologie]</p> <p>[Wer/Was]</p> <p>[Wer/Was]</p> <p>[Wer/Was]</p>	<p>Workshops</p> <p>16:30 - 18:00</p> <p>[Intuitives Atmen mit Roland G. Krügel]</p> <p>[Shantala: True Love- Lebe eine wahrhaftige Partnerschaft: Ambivalenz durch tiefe Verletzungen]</p> <p>nomike/playfight</p> <p>[Sara/Spielraum]</p> <p>[Dhara/Christian: Verbundenheit und Freiheit - Contact Impro]</p> <p>[Wer/Was]</p> <p>[Wer/Was]</p> <p>[Wer/Was]</p>	<p>Abfahrt</p> <p>ab 16:00</p>
	<p>Sharinggruppen</p> <p>18:00-18:45</p> <p>[Sharingteam]</p> <p>[Julia: Sharing zu konkretem Thema: Feeling lost]</p> <p>[Hanna: Wo hört der We Space für dich auf? Konkrete Umsetzung von Gemeinsamer Landnutzung/ Gemeinschaftsland weltweit]</p> <p>[Wer moderiert]</p> <p>[Wer moderiert]</p>	<p>Sharinggruppen</p> <p>18:00-18:45</p> <p>[Sharingteam]</p> <p>[Hanna: Wo hört der We-Space für dich auf? Konkrete Umsetzung von Gemeinsamer Landnutzung/ Gemeinschaftsland weltweit]</p> <p>[Wer moderiert]</p> <p>[Wer moderiert]</p>	

	[Wer moderiert] [Wer moderiert]		
Abendessen 18:30 - 19:30	Abendessen 18:45 - 19:45	Abendessen 18:45 - 19:45	
Willkommen Raumlauf Feedbackkreis Redestabrunde Open Space 20:00-22:30	Workshops 20:15-21:45 [Contact Improv Underscore] [Gerald / Biodanza, die Kraft deiner Entscheidung] [Mito/Thai-Yoga-Massage] [Wer/Was] [Wer/Was] [Wer/Was]	Workshops 20:15-21:45 [Nana Dakini & Mari Stephani/Ecstatic Dance] [Wer/Was] [Wer/Was] [Wer/Was]	
	Workshops 21:45-23:15 [Georg&Andrej/Tanz-Phantasie-Release] [Julian/Nacht der eigenen Impulse] [Wer/Was] [Wer/Was] [Wer/Was]	Workshops 21:45-23:15 [Nana Dakini & Mari Stephani/Ecstatic Dance] [Wer/Was] [Wer/Was] [Wer/Was]	

Workshops

Jeder Teilnehmer kann sehr gerne Workshops bei unseren Contact Festivals anbieten. Normalerweise werden Workshops bei uns ehrenamtlich angeboten, aber es gibt Ausnahmen. Zum Thema Geld haben wir [hier](#) Infos für euch.

Tragt eure Workshopangebotstexte bitte hier direkt unten in die Tabellen ein. Versucht bitte eure Texte **aussagekräftig** und **kurz** zu halten. Maximal 200 Wörter. Alle Texte erhalten am Ende alle die gleiche Formatierung. Ihr könnt euch also kunstvolle Formatierung sparen :) Wir erwarten wieder etwa 40-50 Workshops. Hier die Workshops der letzten 4 Festivals zur Orientierung: Workshops [Festival 1](#), Workshops [Festival 2](#), Workshops [Festival 3](#), Workshops [Festival 4](#).

[Hier](#) findet ihr Bilder, Größen und Beschreibungen aller Workshopräume. Die Räume werden vom Orgateam euren Workshops zugewiesen. Wir berücksichtigen dabei eure Wünsche, die Reihenfolge der Eintragungen hier in diesem Dokument und wir werden kurz vorm Festival eine Teilnehmerumfrage zur Popularität aller Workshops machen und damit schon vorab eine grobe Einschätzung der Teilnehmeranzahl aller Workshops haben. Große Gruppen bekommen dann große Workshopräume. Während des Festivals, jeweils nach dem Essen, stellen die Workshopgeber sich und ihre Workshops mit Mikrofon vor der ganzen Gruppe persönlich vor. Und zwar jeweils alle Workshops nur für den nächsten Workshopslot und das in jeweils maximal 120 Sekunden. Eine Moderatorin mit einer Countdownuhr sorgt dabei dafür, dass zeitlich hier nicht überzogen wird, damit das Ganze nicht zu langwierig wird.

Beate v. Espavo Soundhealing

BioDynamic Breathwork (BBTRS) (90 Min.)



Espavo.soundhealing@gmail.com

www.facebook.com/espavo.soundhealing



Diese Breathwork-Methode ist sehr körperbezogen, d.h. der Fokus liegt darauf, wahrzunehmen welche Prozesse und "Sensations" durch das verbundene Atmen im Körper hochkommen. Oft sind es alte Muster oder Themen, die nicht einmal mit einer Story verbunden sein müssen. Bei dieser Arbeit habt ihr die Möglichkeit zu fühlen und loszulassen. Immer in voller Präsenz und Sanftheit.

Bitte vorher nichts Schweres essen.

Nicht geeignet ist dieser Workshop für Menschen mit: - zu hohem Blutdruck/ Herzproblemen - Epilepsie oder anderen Krampfattacken - Grüner Star - Schwangerschaft - Psychose oder anderen schweren psychischen Leiden - Osteoporose.

Nr 1 mit Anlage / Wasserflasche, Yogamatte und Decke mitbringen.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)



<http://klaus-coaching-gueth.de>

<https://www.meetup.com/de-DE/Munche-Meditation-Meetup-Gruppe/>

Wozu Innere-Kindarbeit?

Ausgehend von der Annahme, dass uns verschieden Anteile in uns steuern, nämlich das Schattenkind, das Sonnenkind und das Erwachsenen-Ich, geht es darum, sich dieser Anteile bewusst zu werden, sie zu integrieren und sie zu erkennen und nicht unbewusst aus ihnen heraus zu handeln und sich so das Leben selbst schwer zu machen.

Ziel meiner Arbeit ist es, dich in die Selbstliebe und Selbstannahme, in deine Leichte und in das Vertrauen in dein Leben, deinen Weg zu führen.

Basis meiner Arbeit ist das Buch „Das innere Kind muß Heimat finden“ von Stefanie Stahl und die Lehren von Robert Betz aus meiner Ausbildung zum Transformations-Therapeut.

Frei nach S. Stahl:

„Alles, was du verstehen musst, ist, dass es sich bei deinen negativen Glaubenssätzen nicht um die Wahrheit handelt, sondern um deine subjektive Wirklichkeit, die durch das, was dir dein soziales Umfeld als Kind vorgelebt hat bzw. die von dir als Kind selbst entwickelten Schutzstrategien“

Was Dich erwartet sind: einfache Körperübungen zum Ankommen. Ein kleiner Vortrag um das Thema besser zu verstehen, geführte Meditationen in „Schlüsselsituationen“ deiner Kindheit.

Lasst Euch überraschen.

Und die gute Nachricht ist: „Für eine glückliche Kindheit ist es nie zu spät“

Ich freu mich auf Euch.

Klaus

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)



<http://klaus-coaching-gueth.de>

Begegnung der Geschlechter...

Hallo Ihr Lieben,

unter diesem Motto möchten wir einen Raum kreieren, in dem eine offene und wahrhafte Begegnung der Geschlechter stattfinden kann. Nach verschiedenen kurzen Übungen zum bei dir ankommen, wird die Gruppe in beide Geschlechter aufgeteilt und beide Gruppen stehen sich gegenüber.

Nach einer kurzen Einführung, kann jeder, der möchte, aus seiner Gruppe heraustreten und all das ausdrücken, was sie oder er dem anderen Geschlecht schon immer sagen wollten. Radikale Ehrlichkeit auf eine wertschätzende Art und Weise! Auch wenn du nichts sagst wirst du alleine durch dein Beisein inspirierende Impulse mitnehmen. Klaus hat diese Übung seiner Zeit als sehr kraftvoll und befreiend erlebt. Wie so häufig allein dadurch, dass für etwas Raum ist, etwas sein darf, für das sonst so nicht die Möglichkeit besteht. So kann Heilung und Klärung geschehen. Heilung und Klärung in deiner Beziehung und deinem Denken mit und über das andere Geschlecht. Du darfst gespannt sein.

Wir freuen uns auf dein Dabeisein.

Herzlichst Tam und Klaus

Du brauchst nur etwas Mut, Offenheit und Neugier.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Beate v. Espavo Soundhealing

SOUNDHEALING CIRCLES (90 MIN)



Espavo.soundhealing@gmail.com

www.facebook.com/espavo.soundhealing

Nach einer kurzen Klangreise und Einführung werden wir uns in Kleingruppen zusammenfinden. In den Gruppen werden wir füreinander Klangräume kreieren, die ganz intuitiv und individuell sind und dem Empfangenden eine tiefes Fühlen und Empfangen ermöglichen. Auf Wunsch kann auch conscious touch integriert werden.

Es ist nicht wichtig Vorerfahrung mit Instrumenten oder der Stimme zu haben. Wenn du den Wunsch hast in einem Feld aus Klängen zu baden und anderen diese Erfahrung zu ermöglichen, bist du richtig.

Nr. 3 / Decke und Yogamatte mitbringen

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Chris

VERSÖHNUNG MIT DEM UNIVERSUM



0174/7463350

cs@dr-schaefer-partner.de

www.dr-schaefer-partner.de

Wir fühlen uns in unseren besten Momenten eins mit dem Universum – und in schwachen Momenten isoliert und völlig auf uns allein gestellt. Woran liegt das? Was sagt die Naturwissenschaft dazu, insbesondere die Quantenmechanik?

Wenn wir mal angefangen haben, uns auf den Weg zu uns selbst zu machen, gibt es viele Fragen, die wir uns stellen können, um weiter zu kommen. Die wahrscheinlich wichtigsten Fragen hierbei sind die Auseinandersetzung mit den Themen **Loslassen, Ego** und **Verzeihen**.

Nach einem kurzen Impuls zum Einstieg werden wir uns in Partnerübungen (in wechselnden Tandems) diesen Themen stellen und uns über gezielte Leitfragen der Erkenntnis nähern, inwieweit unser Umgang mit diesen Lebensaspekten unsere privaten und beruflichen Beziehungen unbemerkt aber maßgeblich mitgestaltet.

Raumwunsch: Flügelzimmer / Rosenzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Chris

SEXUALITÄT EHRLICHER UND ERFÜLLTER LEBEN



0174/7463350

cs@dr-schaefer-partner.de

www.dr-schaefer-partner.de

Die menschliche Hypersexualität ist in der Tierwelt einmalig. Wir haben viel häufiger Sex als zur Erhaltung unserer Art oder zum Erzeugen von Nachkommen nötig wäre. Ähnlich wie bei manchen Primatenarten hat Sexualität für den Menschen neben der Fortpflanzung eine wichtige soziale Funktion und dient vor allem der Bindung und zur Belohnung.

Trotz dieser enormen Bedeutung für unser Zusammenleben fällt es vielen von uns schwer, mit unserer Sexualität offen und selbstbewusst umzugehen: uns selbst und dem Partner gegenüber ehrlich einzugestehen, was wir wirklich brauchen (wie genau, wie oft und wie nicht...) und das ohne Scham, Hemmungen und schlechtes Gewissen, ist auch in aufgeklärten und "modernen" Gesellschaften eher die Ausnahme als der Regelfall.

Tief sitzen unsere Prägungen aus Erziehung und Gesellschaft, was „man tut“ und was „sich nicht gehört“ und damit verbundene Ängste vor Ablehnung und Zurückweisung. In der Folge bleibt vieles unausgesprochen und damit unerfüllt. Viele Menschen brauchen ein Leben lang, um sich von überlieferten Vorstellungen, Werten und Glaubenssätzen zu lösen und eine selbstbestimmte und freie Sexualität zu entwickeln.

Wir werden uns in Partnerübungen (in wechselnden Tandems) mit unserer ganz persönlichen Sexualität auseinandersetzen, um den Ursprung unserer Überzeugungen zu ergründen und deren Auswirkung auf heutige Partnerschaften zu betrachten. Abschließend wollen wir erkunden, wie wir Blockaden leichter überwinden können, um unsere Wünsche und Bedürfnisse künftig klarer kommunizieren, ausleben und genießen zu können.

Raumwunsch: Flügelzimmer / Rosenzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Silvie

Ask for what you want



sim_mail@gmx.de

Wie ist es, wenn du dir die Zeit gibst, im Kontakt mit dir zu spüren, was dir gut tut? Wenn du dann genau danach fragst?? Und es dann auch noch bekommst???

Genau darum geht es in diesem Workshop. Wir werden uns in Paare bzw. Kleingruppen aufteilen und diese drei Schritte "üben".. Das Gute: es wird belohnt! Du bekommst mehr als du denkst!! Und es ist eine Herausforderung für alle Beteiligten: spüren was ich will, es aussprechen, es annehmen, genießen und einsinken lassen, wenn ich es bekomme. Oder, als Gegenüber: spüren, ob ich es geben will, und nein sagen wenn nicht.

Es wird eine kleine Einführung geben, Zeit zum Ausprobieren, und Zeit um uns mitzuteilen, was wir erlebt und über uns selbst erfahren haben. Für meinen Workshop benötigst du: bequeme Kleidung. Oder die, die du willst! :-)

Mittelgroßer Raum, möglichst mit Teppichboden (oder Decken)

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Silvie

TurnON



sim_mail@gmx.de

TurnOn - was ist das? Wir spüren Turnon im Körper, wenn es britzelt und kribbelt, Herzklopfen, Wärme, schwitzige Hände. Turnon macht uns wach und lebendig.

In diesem Workshop gibt es drei Kommunikationsspiele/Formate, die so gemacht sind, dass wir über das sprechen, was uns wirklich bewegt, dass wir gesehen werden und unseren Körper spüren.

Inspiriert sind diese Spiele von einer Praktik namens Orgasmische Meditation, welche die Kraft und Aufmerksamkeit von Meditation mit der zutiefst menschlichen, fühlbaren und verbundenen Erfahrung von orgasmischer Energie, die wir alle in uns haben, verbindet. Der Workshop soll eine Ahnung davon geben wie sich das anfühlt, ohne dass wir die Praktik üben (oder irgendwer sich auszieht).

Ein Raum wie z.B. Rosenzimmer oder kleiner Seminarraum

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Roland G. Krügel

Bewusstheits-Partnerübung Morgen-Meditation
am Freitag, Samstag und Sonntag jeweils von 8 - 9 Uhr



info@atmedichfrei.de

0177 218 51 63

Wenn sich so viele Menschen in einem gemeinsamen Energiefeld über mehrere Tage offen begegnen, kann sich das Herz öffnen, aber auch Schmerz, Wut, Trauer und Freude auslösen. Wir erforschen in dieser morgendlichen Partner-Meditation was sich an innerer Dynamik und Lebendigkeit zeigen mag - ehrlich, mutig und absichtslos. Durch diese empathische Präsenz, schaffen wir Raum für Mitgefühl, Vertrauen und Verbundenheit.

Wir beginnen mit einer Atem- und Bewegungs-Sequenz um 8 Uhr. Bitte komme rechtzeitig, danach ist der Einstieg nicht mehr möglich. Am Freitag wird es eine Einführung geben.

Wer erst am Samstag oder Sonntag dabei sein möchte, kann von mir vorher ein Skript bekommen.

Die Bewusstheits-Übung kann sehr essentiell und wirksam sein. Es lohnt sich auch mit weniger Schlaf daran teilzunehmen - du wirst energievoller und achtsamer in den Tag starten!

Rosenzimmer > bitte ein Sitzkissen oder einen Stuhl mitbringen <

Roland G. Krügel

Intuitives Atmen

Samstag, 16.30 bis 18.00 Uhr



info@atmedichfrei.de

0177 218 51 63

Das Intuitive Atmen ist ein Bewusstseins-Prozess der die Transformationskraft des Atems nutzt, der Weisheit des Körpers entspringt und dem Lebensimpuls nach Selbstverwirklichung folgt. Karl Scherer hat diese Form des Inneren Atemkreises bei einer radikalen Visionsuche bei den Indianern Nordamerikas entdeckt. Für die Indianer ist der Atem heilig - er verbindet uns mit allem was lebt: den Mitmenschen, der Tier-, Pflanzen- und Mineralwelt. Es geht um ein Erwachen der menschlichen Natur und unserer Verbundenheit mit der Erde. Bitte ggf. eine Iso- oder Thermomatte mitbringen.

Rosenzimmer

Sharing Team	Sharing Gruppen
<p>Marion</p>  <p>Roland</p> 	<p>Marion marion@kuschelraum.de 017684784365</p> <p>Roland info@atmedichfrei.de 0177 218 51 63</p>

Wie schon bei den vergangenen Contact Festivals möchten wir auch diesmal wieder Sharing Gruppen anbieten.

Was ist das genau?

Das sollen Gruppen - Räume und Zeiten - sein, in denen wir eine sichere und geschützte Anlaufstelle haben. Wo wir 1-2 mal täglich, immer vor den Mahlzeiten, in kleinen Gruppen zusammenkommen und uns zeigen können. Mit all dem, dass gerade in uns da ist: Freude, Trauer, viel, wenig, Angst, Verlorensein, Verbundenheit, Wut, Scham, Chaos, Erkenntnis, Dankbarkeit, Liebe ...alles ist willkommen.

Du bist willkommen! In dem Maße wie du dich öffnest, ermutigst du auch andere sich zu öffnen. Und du kannst dich sowohl mit dir selbst wieder verbinden, als auch mit den anderen. Innehalten, ankommen, durchatmen. Wir hören einander zu, leben Wohlwollen, Wertschätzung, Mitgefühl. Verbundenheit entsteht so ganz natürlich. Du kannst gestärkt, unterstützt und bewusst wieder in die "Großgruppe" - in die Gemeinschaft - zurückkehren und kannst selbstsicher durch die kommenden Workshops "surfen".

Wer machts?

Ein Team von Moderator*innen und Gruppenleiter*innen. Gerne kannst du dich mit einbringen und hier eintragen, wenn du einen Ruf spürst! Gut wäre es, wenn du schon Moderations- und Gruppenleitungserfahrung mitbringst, du vielleicht Erfahrung in wertschätzender (gewaltfreier) Kommunikation, radikaler Ehrlichkeit, mit Kreiskultur, Circling, der Encounterbewegung o.ä. hast.

Vor Ort treffen wir uns am Freitag morgen zur Teambesprechung. Dort lernen wir uns kennen, teilen unsere Visionen und Prioritäten miteinander und besetzen die verschiedenen Zeitslots.

Wen braucht's?

Uns alle! Mögen wir uns alle herzlich eingeladen fühlen zum Sharing in den Sharinggruppen.

"Wenn dir jemand wirklich zuhört, ohne dich zu verurteilen, ohne dass er den Versuch macht, die Verantwortung für dich zu übernehmen oder dich nach seinem Muster zu formen - dann fühlt sich das verdammt gut an. Jedes Mal wenn mir zugehört wird und ich verstanden werde, kann ich meine Welt mit neuen Augen sehen und weiterkommen. Es ist erstaunlich, wie scheinbar unlösbare Dinge doch zu bewältigen sind, wenn jemand zuhört. Wie sich scheinbar unentwirrbare Verstrickungen in relativ klare, fließende Bewegungen verwandeln, sobald man gehört wird."

(Carl Rogers)

Rosenzimmer

Taro Tikitiki

Contact Improvsation Kontakt Qualitäten



Email, Kontakt Dschungelherz@gmail.com

Contact Improvsation - Kontakt Qualitäten

Mit welcher Berührungsqualität gehst du im Tanz in Kontakt?

Wo fängt der Kontakt an?

Energetisch... den Tanzpartner im Wahrnehmungsradius erkennen und einbeziehen. Physikalisch, sensorisch... sanft begleitend bis hin zum spüren der Struktur und des Gewichts.

Mit was für einer Geschwindigkeit findet der Kontakt statt? Was ist mein Bedürfnis beim Kontakt, was will ich spüren? Nutze ich meinen Tanzpartner um mich selbst zu spüren? Will ich verschmelzen, sinnlich tanzen, „physikalisch, spielerisch sein...“?

Muss das Denken in den Hintergrund treten beim Tanzen? Wie viel Zuwendung gebe ich in den Kontakt?

Wie reagiere ich, wenn mir die Berührung im Kontakt nicht gefällt?

„Improvisiere“ ich den Kontakt oder spule ich ein Programm ab, lass ich mich auf die Einzigartigkeit jeder Begegnung ein?

Lass uns spielerisch & tanzend forschen, was für Möglichkeiten sich auf tun, wie du dem Tanz dienen kannst und wie er dir dient....

Raum 1,2, oder 7 mit Tanzboden

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Taro Tikitiki

ContancTango improv Playshop



Email, Kontakt

Contact Tango Improv

Dieser junge Tanz, kann dir nicht nur Spiel und Spaß bieten, sondern auch das Vergnügen & die Herausforderung, zärtlich, poetisch und sinnlich mit einem oder mehreren Partnern zu tanzen. Schrittkenntnisse sind keine Voraussetzungen um den Tanz genießen zu können. Denn wir werden improvisieren.

Ob im Solo, Duo, Trio... ist die herzliche Zuwendung das offene Geheimnis dieser Tanz-Entdeckung.

Spiele mit der Gravitation & Zentrifugalkraft, Lausche, spreche Einladungen durch den Körper aus, folge dem Angeboten oder gebe dich jenseits der Rollen dem kreativen Flow hin.

Raum 1,2, oder 7 mit Tanzboden & Musikanlage

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Taro Tikitiki

BodyWork&Kontakt Improvisation



Email, Kontakt

BodyWork & Kontakt Improvisation

Bodywork als Geschenk.... lass dich darauf ein ,in einer präsenten ,achtsamen,lauschenden und forschenden Weise ,einen Menschen zu berühren ,zu bewegen ,zu massieren und dich in wechselnden Rollen in dieser Form der Begegnung zu erfahren .

Nachdem wir verschiedene Nuancen der BodyWork Erforscht haben ,geht es mit dieser Erfahrung in den Tanz . Du bist dazu eingeladen,wahrzunehmen wie sich dein Tanz ,durch die erlebte Bodywork nun anfühlt.

Raum 1,2,oder 7 mit Tanzboden

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Taro Tikitiki

Contact Improv Underscore Jam



Email, Kontakt

Contact Improv Underscore Jam

Eine fokussierte Jam (Tanz-Erlebnisraum) für Contact Improvisation

Die Underscore-Jam beginnt mit dem Pow Wow / Kreis, in dem wir uns zusammensetzen und die Grundbegriffe und Wahrnehmungsqualitäten einer Jam kennenlernen. Dies ist genau wie das Sharing am Ende, das Nancy „Ernte“ nennt, Teil der Jamstruktur.

Bitte pünktlich sein , mit dem Commitment die ganze Jam Zeit anwesend zu sein :)

Infos auf englisch von Nancy Stark Smith einer Mitbegründerin von CI

<https://nancystarksmith.com/underscore>

Raum 1,2,oder 7 mit Tanzboden

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Shantala Nani

True Love- lebe eine wahrhaftige Partnerschaft



yoga.and.health@gmx.de

www.yogandhealth.de

Tel. 0175 8511175

Ambivalenz- Tiefe Verletzungen

Wenn du tiefe Verletzungen in der Kindheit oder mit Partnern erlebt hast, trennst du dich ab und entwickelst ein Thema mit Nähe und Distanz. Kommt dir jemand zu nah, oder begegnet dir mit Liebe, ziehst du dich zurück oder baust Barrieren auf. In diesem Workshop verstehst du deine Seele und bekommst Techniken an die Hand, wie du dich wieder vollständig einlassen kannst und tiefe Verbindungen wieder möglich sind. Bist du bereit für die wahre Liebe in Tiefe oder möchtest du dich weiter flüchten?!

Rosenzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Shantala Nani

Yoga



yoga.and.health@gmx.de

www.yogandhealth.de

Tel. 0175 8511175

Yoga für mehr Fülle und Wohlstand

Wünschst du dir mehr Fülle und Wohlstand auf allen Ebenen? Mit diesem Yogaset veränderst du deine Frequenz und ziehst mehr Fülle in dein Leben!

Come in Love & Light!

Ideal für Anfänger und Fortgeschrittene, Yoga der besonderen Art

Bringe Yogamatte, Getränk und bequeme Kleidung mit

Bitte im großen Raum Flügelzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Julia

Naturlauschen



julia.bayer@movingmountains.eu

<https://movingmountains.eu>

Was bewegt dich gerade? Welche Fragen in deinem Leben brauchen Klärung, Zuwendung oder Heilung? Du brauchst nichts außer Neugier und Lust, dich auf ungewohnte Weise auf die Natur einzulassen... als Gegenüber, als Vertraute, Ratgeberin und Inspiration. Mit Ansätzen aus Natur- und WanderCoaching öffne ich einen Raum, um mit dem, was jetzt gerade in dir lebendig ist, in einen intuitiven Kontakt zu kommen. Wenn ich ganz langsam und ruhig werde, und aufmerksam werde – für die Antworten aus der Natur und für mein Inneres – weiß ich plötzlich, was mein Bauch sagt. So kann nach und nach Lösung in Bewegung kommen.

Wir werden uns gemeinsam einstimmen und dann jeweils alleine in eine Begegnung mit der Natur und unserem Inneren gehen. Danach tauschen wir uns über unsere Erfahrungen aus.

Draußen :)) Bitte zieh dich warm und wetterfest an, wir gehen bei jedem Wetter raus und wirklich in Kontakt! Es könnte nass und kalt werden...

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Julia

Feeling Lost



julia.bayer@movingmountains.eu

<https://movingmountains.eu>

Kennst du das? Du bist auf dem Contact Festival, du hast Lust auf Gemeinschaft, möchtest etwas erleben, neue Leute kennenlernen, mit vertrauten Menschen Zeit verbringen, Neues ausprobieren, dich selbst besser kennenlernen. Und vor allem wünschst du dir, in Kontakt zu sein. Doch ganz häufig passiert genau das Gegenteil. Und schon springt der innere Film an: *Alle anderen sind total angekommen, voll in Verbindung – mit allen anderen, außer mit mir! Alle sind super entspannt und außerdem cool. Nur ich nicht.* Stattdessen fühlst du dich einigermaßen verloren. Du weißt nicht was du willst und schon gar nicht, was dir gerade gut tun würde. *Egal wo ich hinkomme, fühle ich mich außen vor. Ich passe nirgends hin und nichts passt zu mir. Es ist aber auch nicht leicht – so viele Angebote, und alles findet parallel statt. Wenn ich mich für diesen Workshop entscheide, verpasse ich fünf andere, die wahrscheinlich auch noch spannender sind...* Du wirst immer unruhiger. Und du fängst an, dich einsam zu fühlen, mitten unter so vielen lieben Menschen.

Ich erlebe das immer wieder und aus meiner Erfahrung geht das auch anderen so. Ich möchte mit euch erkunden, was da genau passiert und was wir tun können, um uns wieder wohl zu fühlen.

Geplant ist es, den Workshop während des Sharing Slots am Freitag zu machen, da wir dafür keine 90 min. brauchen. Ideal wären Zimmer 4, 5, 6, oder 7

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Nana Dakini (Intro: Mari Stephani)

ECSTATIC DANCE



nanaveda@gmx.de

www.nanaveda.de

www.ecstatic-dance-rosenheim.de

www.facebook.com/EcstaticDanceRosenheim

www.satsangmitmari.net

<https://www.facebook.com/satsangmitmari/>

ECSTATIC.IS.MAGIC.

Beim ECSTATIC DANCE wird der Raum für die Dauer eines Dances zu einem Tempel für Free Movement. Jeder Dance wird im Kreis als Zeremonie eröffnet und geschlossen..

Für unseren Tanz lege ich auf und gestalte mein Set in Form einer Welle von sphärisch-meditativ hin zu einem wilden Peak und dann wieder nach und nach melodisch und sanfter werdend bis zu einer Endentspannung.

Es gibt keine Vorgabe oder Technik, sei einfach eingeladen, allem was gerade in Dir spür- und erlebbar ist einen unmittelbaren authentischen Ausdruck zu schenken... lass Dich frei.. lass Dich los... lass Dich gehen.. verbunden.. unmittelbar, fließend. Tiefes sinnliches Spüren.. den Kopf freilassen.. loslassen vom Bewerten.. Ekstase und Euphorie... den Körper übernehmen lassen.. Hingabe..

Ecstatic Dance ist Spielplatz und Forschungsfeld, Gebet und Meditation, ein wildes Fest und ausgelassenes aus sich heraus/ in sich hinein gehen! Ein heiliger Raum, in dem wir uns mit uns selbst verbinden können, unseren Kräften und Zartheiten Ausdruck verleihen und in Trance gehen können, spielen und forschen, auf unsere eigene tiefinnere Dance Journey gehen..

Workshopraum 1, Fassel

Größe mind. 200 qm für raumeinnehmendes Wirbeln und Austanzen! :-D

Soundsystem

DJ-Tisch vorne

Tanzboden

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Tam (Tran Thi)

Eye Contact Experience



tam.tran-thi@gmx.de

0176-36264620

"Wo ist die menschliche Verbindung hin?"

Unter diesem Namen beteiligten sich ca. 45 000 Menschen in mehr als 90 Städten an dem "[The World's Biggest Eye Contact Experiment](#)". - Genau diese menschlichen Verbindungen sollen beim Eye Contact wieder aufblühen. Für eine bunte Welt!

Du fragst dich wie? Ganz einfach: Schau verschiedenen Menschen in die Augen.

Sehe sie, sehe Dich.

Du darfst Dich Deinen persönlichen Herausforderungen in einem geschütztem Raum annehmen.

Du darfst erfahren und innerlich wachsen.

Du darfst innerlich berührt sein und andere innerlich berühren.

Deine sozialen Fähigkeiten erforschen und Dich mit Dir selbst und Anderen verbinden.

Erfahre tiefe Verbundenheit und Vertrauen in Dich und Dein Leben.

Du kannst nichts falsch machen, es ist ganz einfach: wie eine Wundertüte - lass dich überraschen.

Ich brauche Sitzgelegenheiten. Stühle, Meditationskissen o.ä.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Tam (Tran Thi)

Richte deinen inneren Kompass aus



tam.tran-thi@gmx.de

0176-36264620

Glaubenssätze, Muster, Traumata und wie sie nicht alle heißen lenken uns ständig unbewusst, manchmal ganz schön anstrengend- was ist aber, wenn wir den Spieß umdrehen? Lasst uns gemeinsam bewusst einen eigenen roten Leitfaden kreieren und in uns pflanzen. Dieser innere Kompass, den wir selbst ausrichten wird uns begleiten und leiten, dass wir im Alltag mit unserem Flow gehen und somit unsere Bestimmung leben.

Es ist mir ein inneres Blumen pflücken mich gemeinsam mit euch auszurichten.
Freudig gespannt - eure Tam

Nr 3, 4, 5, 7 find ich gut - wenn es aber ein anderer Raum wird aus Platzgründen, dann ist das so :) ich werde aus der Gruppe kleinere Grüppchen machen, deswegen auch gerne ein größerer / verwinkelter Raum.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Gerald

Biodanza

Workshop 1: Die Kraft deiner Entscheidung

Workshop 2: KontrollverLUST



info@existenz-gestalten.de

www.existenz-gestalten.de

www.feeling-in-motion.de

Fon: +49-171-9332837

Biodanza

Ein extrem wirkungsvoller Integrationsprozess Dich mit dem Leben zu verbinden.

Die Wirkung wird Dich erstaunen!

Biodanza nutzt Elemente wie:

Musik, Körperhaltungen, Bewegung, Begegnung, Tanz ohne Schrittfolgen, alleine, zu zweit und in der Gruppe.

Biodanza ermöglicht einen sanften Zugang zu mehr Lebendigkeit, Sinnlichkeit und Selbstwert. Biodanza macht Spaß, reduziert Stress und bildet eine Oase der Entspannung und Wiederaufladung deiner Kraft.

Die Biodanza Methode setzt viel tiefer als üblich an, nämlich dort, wo die Vernunft zurücktritt und du dich als ganzes Wesen erfährst - mit allem was Dich ausmacht. Denn darauf reagiert Mensch viel stärker und nachhaltiger als auf Zwang und Ansagen.

Die Voraussetzungen:

Biodanza ist für jede und jeden geeignet, unabhängig von Alter, Beweglichkeit, Kultur, Tanz- und Lebenserfahrung. Lockere Kleidung.

Gute Musikanlage und Tanzboden werden für den Workshop benötigt.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Stefan Peck

Komm in Contact mit deinem Inneren Kind



info@stefanpeck.com

www.stefanpeck.com

017655190851

Hast du schon vom Inneren Kind gehört? Schon mal ein Buch darüber gelesen? Vielleicht kennst du deine Inneren-Kind-Themen sogar schon. Du weißt aber nicht, wie du dauerhaft mit deinem Inneren Kind in Contact bleiben kannst? Dann bist du in diesem Workshop genau richtig.

Folgendes erwartet dich im Workshop:

- Was ist das Innere Kind und wie wirkt es in dir?
- Wie du die Verbindung zu deinem Inneren Kind herstellst - praktisch und alltagstauglich.
- Die 4 Grundbedürfnisse deines Inneren Kindes.
- Für alle Mutigen gibt es am Ende die Möglichkeit zu einem kurzen Impuls-Coaching in der Runde (bring dein persönliches Thema mit)

Die Verbindung zu deinem Inneren Kind hilft dir, um deine kindlichen Bedürfnisse nach Liebe, Anerkennung und Sicherheit in dir aufzufüllen.

Ich freue mich auf die Zeit mit dir,
Stefan

Workshopraum je nach Teilnehmerzahl. Stuhlkreis oder wer mag auch am Boden sitzend (mit z.B. Yogamatte und Kissen)

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Ulli & Gerald

unverschämt männlich - nur für Männer!



info@existenz-gestalten.de

www.existenz-gestalten.de

Ulli: +43-664-2625407

Gerald: +49-171-9332837

Lebst du dein Potential und deine Sehnsüchte?

in dieser Session eröffnern wir einen Erfahrungsraum in dem du mit Männern in einen lebendigen und offenen Austausch gehen kannst.

Wir arbeiten mit Körper, Atem, Bewegung und Raum. Darüber hinaus schaffen wir eine Struktur für wertschätzenden Kommunikation.

Du wirst die Möglichkeit haben deine Grenzen zu spüren, zu akzeptieren und zu erweitern.

Komm in bequemer Kleidung.

Wir freuen uns!

geschlossener Raum mit Sitzkissen oder Decken.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Mito FlyingMonkey

Akroyoga Flugschule (All-Level)



FlyingMonkey@mail.de

www.FlyingMonkey.eu

Kannst Du dich erinnern wie du als Kind auf den Händen und Füßen deiner Eltern Flugzeug/Flieger gespielt hast? Diese Erfahrung im Erwachsenenalter wieder zu erleben ist äußerst befreiend, belebend und bestärkend. Leichtigkeit, Offenheit und Neugier erwachen und das innere Kind, das im stressigen Alltag oft tief vergraben wird, darf hervorkommen und strahlen.

Acroyoga verbindet die Spiritualität und uralte Weisheit des Yoga mit der Verspieltheit und Dynamik der Akrobatik. Dich erwartet ein sicherer, einladender und unterstützender Rahmen, in dem Du diese Erfahrung auskosten kannst. Außerdem eine Portion Theorie und Technik während wir Basispositionen und erste Transitions durch gehen, sowie Grundprinzipien für eine freudvolle, gesunde und blühende Akroyoga Praxis. JEDER KANN FLIEGEN! Akroyoga ist für alle Menschen mit einem normal beweglichen Körper zugänglich, unabhängig von Alter und sportlicher Vorerfahrung, Beweglichkeit oder Kraft.

[Workshopraum:](#) 1,2,3 Matten (und evtl. Teppich) wären gut.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Mito FlyingMonkey

Thai-Yoga-Massage



FlyingMonkey@mail.de

www.FlyingMonkey.eu

Bei Thai-Yoga-Massage begeben sich Behandelnde/r und Behandelte/r in eine Art Tanz aus Bewegungen, Akupressur, Dehnungen und Twists.

Anders als z.B. in der Schwedischen Massage, nutzen wir nicht viel Muskelkraft, sondern vor allem Schwerkraft und Hebel um sanft aber tief Druck oder Zug auf Muskulatur und Faszien auszuüben.

Der auf einer Matte am Boden liegende Empfänger wird dabei nicht nur mit den Händen massiert, sondern auch mit den Füßen, Unterarmen, usw.

Ursprünglich von den Mönchen angeboten, ist es auch eine spirituelle Praxis bei der der Behandelnde in einen meditativen Zustand sinken kann, sich mit Intuition verbindet und die Bedürfnisse des Empfängers erspürt.

Neben konkreten Massagetechniken geht es in diesem Workshop also um die Qualität der Berührung, intuitives Spüren und "lauschen" mit den Händen.

[Workshopraum](#): 1,2,3 Matten (und evtl. Teppich) wären gut.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Mito FlyingMonkey

Die Sprache der Berührung



FlyingMonkey@mail.de

www.FlyingMonkey.eu

Wenn zwei Menschen in Berührung kommen gibt es immer einen Informationsfluss. Physisch durch taktile und kinästhetische Wahrnehmung, aber auch emotional z.B. in Form von Nervosität oder Angst, aber auch Freude, Enthusiasmus und Liebe. Es ist also ein Dialog der Körper, und gute Kommunikation ist dabei leider absolut nicht selbstverständlich. Balance ist dafür, sowie letztlich für jede zwischenmenschliche Beziehung essenziell. Durch Partner- und Gruppenübungen können wir lernen wann und wie wir einander unterstützen können, und wann es wichtig ist erstmal zurück in die eigene Mitte zu finden. Wir bauen spielerisch Vertrauen auf und schulen Einfühlsamkeit und Anpassungsfähigkeit. Mal unterstützen wir uns, mal tragen wir einander, mal fordern wir einander heraus, und mal wetteifern wir gegeneinander.

[Workshopraum](#): 1,2,3

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Mito FlyingMonkey

Die Welt steht Kopf



FlyingMonkey@mail.de

www.FlyingMonkey.eu

In diesem Workshop stellen wir die Welt buchstäblich auf den Kopf! Dies eröffnet ganz neue Perspektiven auf unsere Körperbewusstsein und unsere Haltung im Feld der Schwerkraft, aber auch auf unsere innere Haltung wenn wir anderen voll vertrauen, und mit Herausforderungen sowie unerwarteten Erfolgserlebnissen konfrontiert werden.

Außerdem ist es sehr gesund :-)

Kopfstand, Schulterstand bis Handstand - Wir erforschen Umkehrhaltungen aller Art, sowie verschiedene Wege hinein und hinaus.

[Workshopraum](#): 1,2,3

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Eila Büche

Duft & Frage



bueche@oetq.net

Bist du ein Duft-Afficiando?

Bist du bereit für überraschende Erlebnisse, tiefe Einsichten und große Schritte in deinem Leben?

Können Düfte uns wirklich auf unbewussten und tiefen Ebenen berühren?

Das wirst du hier selbst erleben: wie du durch die feinen und hochschwingenden Düfte der ätherischen Öle und Fragen die Öffnung zu Erfahrungen, Bildern, Erkenntnissen und Zusammenhängen in deinem Leben bekommst.

Ätherische Öle stellen durch ihre aromatischen Moleküle und Frequenzen eine Verbindung mit deinen tiefsten Erinnerungen her.

Eine ganze Serie von Erkenntnissen kann die Folge sein - du wirst dir möglicherweise über Hintergründe von Erlebnissen und ihren Folgen für dein Leben bewusst, die bislang immer ein Rätsel für dich waren. Die bewussten oder unbewussten Impressionen, die durch einen Duft in dir ausgelöst werden, können dir über einiges in deinem Leben, was dir vielleicht bisher ein Rätsel war, die Augen öffnen.

Die Technik von "Duft und Frage" wird durch die Verwendung des "Aromagramms" unterstützt - herzlich willkommen zu einer Reise in deine eigene, persönliche Geschichte!

Sitzkissen wären ideal, oder Stühle. Es ist ein sehr meditativer Workshop, wo wir idealerweise im Kreis sitzen und anhand der Düfte und entsprechenden Fragen tief in uns selbst eintauchen.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Eila Büche

Circle Songs



bueche@oetq.net

Circle Songs ist eines der ältesten Formen des gemeinsamen Singens, der Kommunikation und persönlichen Ausdrucksweise. Es ist ein körperlich-klangliches Gemeinschaftserlebnis.

Circle Singing schafft Verbindung und lässt uns auf direkte, unmittelbare und tiefe Weise begegnen.

Circle Singing lässt einen Raum der Begegnung entstehen unabhängig von Sprachen, Kulturen und dem musikalischen Können des einzelnen.

“Singen ist die eigentliche Muttersprache des Menschen”.

Yehudi Menuhin

Das besondere beim Circle Singing ist - es entsteht aus dem Moment für den Moment. Circle Singing ist eine klangvolle Universalsprache aus Lauten, Silben, Beatboxingelemente und mehrstimmigen Vocal-Loops. Hier gibt es kein richtig oder falsch, gut oder schlecht. Es gibt nur ein gemeinsames klingen, ein sich begegnen im Gesang.

Jeder Mensch der atmen kann, kann auch singen.

Wir werden gemeinsam:

- Aus vollem Herzen singen,
- Mutig die verschiedenen Ausdrucksmöglichkeiten deiner Stimme erkunden,
- Gemeinsam magische Klangräume erschaffen,
- Intuitiv dem jetzigen Moment begegnen und vertrauen lernen,
- Der Spaß am spontanen Ausdruck durch die Stimme erfahren.

Sehr unkompliziert. Wir werden die meiste Zeit des Workshops stehen. Es wäre aber toll, wenn niemand durch unsere Klang- und Stimmexperimente gestört wird.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)



www.facebook.com/kuscheltherapie

marion@kuschelraum.de

017684784365

Namaste! Ich verneige mich vor dir (und ehre das göttliche in dir).

Mit dieser Haltung wollen wir uns im Kontakt begegnen, liebevoll und achtsam mit uns und einander sein. Ich mag diesen Raum - einen Berührungs-Begegnungs- und Erfahrungsraum - in Cocreation mit euch öffnen.

Desire and Boundaries/Bedürfnisse und Grenzen:

Hier kannst du andere, liebevolle Menschen nach zuhören, nach gehalten werden, nach kuscheln, nach küssen und streicheln, nach - was du dir gerade wünschst - fragen. Und es bekommen! ... und wenn nicht, lernen damit umzugehen, für dich zu sorgen, zu reflektieren, auch diese Erfahrung zu integrieren. Um dann vielleicht wieder neues zu wagenoder abzuwarten und selbst gefragt zu werden und dann kannst du wieder wählen, ob du auf den Wunsch des Gegenübers auch Lust hast.

Es ist also ein Raum,

- um Bedürfnisse und Wünsche auszusprechen und bei Anklang miteinander eine Begegnung zu gestalten und

- um deine Grenzen zu erforschen, auszudrücken, einzuhalten, auszudehnen und die der anderen auch wahrzunehmen und zu respektieren

Wichtig ist, bei Beidem im achtsamen Kontakt miteinander zu bleiben. Im Blickkontakt. Auszudrücken, was es macht und was empfunden wird.

Für mich ist das Heilung im zwischenmenschlichen Bereich, im Kontakt, im Miteinander, in Nähe und Distanz ... und damit in dir, im Leben und in der Liebe!!

Bring mit:

Mut und Hingabe - dir immer wieder selbst zu begegnen; dich immer wieder mit dir zu verbinden und zu schauen "was brauche und will ich gerade" und dich zu fragen "kann ich die Situation egal wie erwartet oder unerwartet sie ausgeht händeln?"

Mut und Hingabe - dich immer wieder auf andere zuzubewegen!

Mut und Hingabe - dich zu zeigen und Ja zu sagen und zu bekommen!

Mut und Hingabe - dich zu zeigen und Nein zu sagen und zu bekommen!

Sei achtsam und gut bei dir wenn du kommen magst. Wir stimmen uns gemeinsam ein (Haltung und Format) und beginnen und enden gemeinsam im Sharingkreis. Dazwischen ist freier Raum, den du dir selbst gestaltest, wo die (Zweier)Begegnungen dann stattfinden. Max. 20 TM.

Raum: 2 Flügelzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Robert Hofmann

PolyTalk - Laß uns über neue Beziehungsformen im 21. Jhdt reden



eMail: wespace ÄT enkidu PUNKT eu

Telegram: <https://t.me/RobertNagev>

Threema: <https://threema.id/DZ9YK32B>

Signal/ plus vier neun eins sieben null /

WhatsÄpp: neun neun zwei sex eins zwei drei

Klassische monogame Zweierbeziehungen erweisen sich zunehmens als untauglich. In D-A-CH liegen die Scheidungsraten bei im Schnitt 50%. Die Trennungsraten bei wohl eher um die 80-90%. Serielle Monogamie mit immer kürzer werdenden Beziehungszeiten frustrieren immer mehr Menschen. Dating Apps mit Fokus auf Äußerlichkeiten und Sex boomen und frustrieren gleichzeitig. Denn besser einfach nur Sex, denn Beziehung wird ja eh nix!? "Ich bin einfach (zweier!)beziehungsunfähig!?"

Es geht auch anders! Laßt uns einfach mal darüber reden!

Was versteckt sich hinter Begriffen wie Beziehungsanarchie, Polyamorie, freier Liebe, offenen Beziehungen, NewRelationshipEnergie, Elfersucht und Co?

Wie können solche neuen Beziehungsideen funktionieren?

Theorie und Praxis...

Falls Du vorab etwas mehr zum Thema hören möchtest:

<http://enkidu.eu/InterviewRobert>

<http://enkidu.eu/InterviewChris>

Raumwunsch: ne gemütliche Ecke irgendwo, je nach Interesse/Andrang.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Robert Hofmann

Familienstellen | klassisch, phänomenologisch oder polyamor.



eMail: wespace ÄT enkidu PUNKT eu

Telegram: <https://t.me/RobertNagev>

Threema: <https://threema.id/DZ9YK32B>

Signal/ plus vier neun eins sieben null /

WhatsÄpp: neun neun zwei sex eins zwei drei

Hier im Speziellen, ohne Thema keine Aufstellung!

Du hast ein Thema? Dann melde Dich bitte vorab bei mir!

Du hast ein Thema, das Du rational nicht greifen kannst, obwohl Du es von vorne bis hinten und wieder nach vorne durchdacht und hin und her gewälzt hast? Oder fühlst Dich wie bei "Und täglich grüßt das Murmeltier", in der Familie, in Beziehungen, im Job oder sonstwo? Dann könne Aufstellungsarbeit Dir neue Sichtweisen auf Dein Thema ermöglichen und vielleicht auch mehr...

Platz ist für 1-2 Themen. Beobachter/Stellvertreter sind zahlreich erwünscht! :)

Seit über 20 Jahren fasziniert mich die Aufstellungsarbeit und vor knapp 15 Jahren habe ich 3 Ausbildungen dazu absolviert. Seither habe ich viele dutzend Aufstellungen geleitet.

Raumwunsch: Rosenzimmer - Samstag!

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Robert Hofmann

10 Hands Massage Session



eMail: wespace ÄT enkidu PUNKT eu

Telegram: <https://t.me/RobertNagev>

Threema: <https://threema.id/DZ9YK32B>

Signal/ plus vier neun eins sieben null /

WhatsÄpp: neun neun zwei sex eins zwei drei

2 Hände auf dem Körper kennt jeder! 4 Hände ist schon was anderes. Ab 6 Händen wird es kaum mehr nachvollziehbar, wer wann wo wie massiert. :) ... aber bei 10 Händen wird es unheimlich... Unheimlich schööööön! :D

In Gruppen a idealerweise 6 Personen wird jeweils eine Person nach ihren Vorgaben von den restlichen 5 für ca. 15 Minuten verwöhnt.

Mit Nacktheit solltest Du kein Problem haben. Sexuelle Handlungen sind ansich nicht Thema, aber auch nicht generell auszuschließen. (Wird am Anfang in der Gruppe entschieden, wo die Limits liegen!)

Bitte ausreichend Handtücher, Massageöl, Tücher zum Abputzen & Co. mitbringen.

Freuen würde ich mich noch über jemanden, der live dabei Gitarre o.ä. spielen möchte.

Raumwunsch: Sauna Chill - Freitag, eher Nachmittag/Abend

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Robert Hofmann

Eye Contact Speed Dating



eMail: wespace ÄT enkidu PUNKT eu

Telegram: <https://t.me/RobertNagev>

Threema: <https://threema.id/DZ9YK32B>

Signal/ plus vier neun eins sieben null /

WhatsÄpp: neun neun zwei sex eins zwei drei

Speed-Dating mal ganz anders! Keine überflüssigen Worte! Kein "Was sage ich denn jetzt nur?" Keine unbeabsichtigte Sprachlosigkeit! Kein Klos im Hals! Kein einfach nur zugeschwallt werden und nicht zu Wort kommen! Keine Angeberei! Keine leeren Worte!

Sondern wir sehen unserem Gegenüber für ca. 3 Minuten einfach nur in die Augen. In Stille und im eigenen Gefühl. Jeder jedem, egal ob Mann oder Frau als Gegenüber.

Du spürst, mit wem Du hinterher in Kontakt gehen möchtest. Es wird Dir in aller Regel leicht fallen, die Person der Du schon Minuten in die Augen gesehen hast, bei Interesse auch am Festival dann anzusprechen. ;)

Raumwunsch: Flügelzimmer oder Fassl (je nach Interesse) - eher Freitag, nicht zu früh.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Robert Hofmann

Sauna - Mentholaufgüsse



eMail: wespace ÄT enkidu PUNKT eu

Telegram: <https://t.me/RobertNagev>

Threema: <https://threema.id/DZ9YK32B>

Signal/ plus vier neun eins sieben null /

WhatsÄpp: neun neun zwei sex eins zwei drei

Wie immer habe ich ein wenig was für die Sauna dabei. Denn ich liebe Sauna!

Und vorallem Mentholaufgüsse! ;)

In aller Regel bin ich irgendwann nach 22/23h zum Abschluß des Tages in der Sauna zu finden.

Du ja vielleicht auch!? Dann freue ich mich schon, Deine Sinne mit Menthol ein wenig zu verwirren! ;)

nomike

Safersex



nomike@nomike.com, <https://fb.com/nomike.31>

Welche sexuell übertragbaren Krankheiten es gibt kann man leicht googlen. Aber wie kann ich das Übertragungsrisiko minimieren und trotzdem Spaß an Sexualität haben? Wie gehe ich damit um wenn mir ein vergangener Sexualkontakt mitteilt, dass bei them etwas gefunden wurde? Auf was soll ich mich testen lassen? Wieso brauche ich Einweghandschuhe in verschiedenen Farben? Und welche Art von Frischhaltefolie ist die beste, und was zum Geier mach ich dann eigentlich damit?

Diesen und mehr Fragen wollen wir auf den Grund gehen. Durch Reden und auch in die Hand Nehmen von einzelnen Tools. Nacktheit und praktische Sexualität werden nicht Teil des Workshops sein und er richtet sich an Menschen jeglichen Geschlechts und jeglicher sexueller (nicht-) Orientierung.

Anforderung an den Workshopraum: Gesprächsrunde, das heißt wir benötigen ausreichend Sitzplätze (Stühle oder Sitzkissen).

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

nomike

Playfight



nomike@nomike.com, <https://fb.com/nomike.31>

Bei Playfight geht es um Spüren. Es geht darum in Kontakt mit anderen Menschen zu treten. Wir werden im Kreis um einen Bereich aus Matratzen sitzen. Du hast die Möglichkeit in die Mitte zu gehen und eine andere Person zu einer Begegnung heraus zu fordern. Diese Person hat das Recht "Ja" oder "Nein" zu sagen. Bei einem "Ja" kommt es zu der Begegnung und die Menschen in der Mitte bestimmen was passiert. Ein spielerisches Raufen, Competischen, Meditieren, Kuschneln, gemeinsam auf dem Boden rumwälzen, du entscheidest was sich für dich richtig anfühlt und hast stets die Möglichkeit den Kontakt mit einem "Stop" zu beenden. Aus Sicherheitsgründen finden alle Begegnungen auf Knien statt. Die Gruppe beobachtet das Geschehen und gibt ihm dadurch Raum. Es wird eine Einführung und ein abschließendes Sharing geben.

Wir benötigen einen größeren Raum mit ausreichend Matratzen (am besten 2 Schichten). Der Workshop wird zwei Zeitslots belegen und der Auftrag lautet vom Anfang bis zum Ende dabei zu bleiben.

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Julian Kühne

Emotionale Evolution //Gute Vorbereitung für die Nacht der eigenen Impulse



Igelburg@protonmail.ch 01577/6831526

Beispiel: Emotionale Evolution - Kinesiologische Sitzung mit Sara-Marie Carstens & Julian Kühne

<https://www.youtube.com/watch?v=Gr3VYbSelsU&feature=youtu.be>

Wir erforschen die Grundlage der Kinesiologie, den Muskeltest. Der Muskeltest ist uns der Wegweiser, die Laterne ins Unterbewusstsein.

Ich zeige euch die Emotionale Evolution, auch als Vorbereitung für die Nacht der eigenen Impulse.

Was ist die Emotionale Evolution?

Eine Methode um ...

- versteckte Stressmuster zu erkennen und aufzulösen
- den Kontakt zu seinen eigenen Gefühlen und zum eigenen Körper zu stärken
- Herz und Kopf zu verbinden

Entwickelt von Bernhard Studer, von dem ich die Methode zwei Jahre lang gelernt habe.

Zwei Zitate von Praxiserfahrenen/Anwendern

„Für mich ist es ein Hafen, wo ich mich erden kann und der Einfachheit des Jetzt nahe komme.
Ich vertraue dem Leben.“

„Für mich ist es ein Kommunikationswerkzeug, um über tiefste innere Prozesse zu sprechen, und Themen, die mir unangenehm sind. Es nimmt mir die Angst, mich dem zu stellen, mich zu zeigen. Ich fürchte die Bewertung von anderen oder mir selbst nicht mehr. Ich beobachte mich selbst und kann mich mehr und mehr in Liebe annehmen.“

Rosenzimmer; Anforderungen an den Raum: Platz für einen Stuhlkreis

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Julian Kühne

Nacht der eigenen Impulse



Igelburg@protonmail.ch 0157 76 83 15 26

Emotionale Evolution - Kinesiologie Sitzung mit Sara-Marie Carstens & Julian Kühne

<https://www.youtube.com/watch?v=Gr3VYbSelsU&feature=youtu.be>

Wir überfordern uns oft in der Berührung. Nähe kann Stress erzeugen. Wir überschreiten eigene Grenzen, um den Moment zu nutzen, ohne uns aber wirklich zu spüren und unsere Grenzen langsam zu öffnen. Hier haben wir die Möglichkeit, die Stressmomente im Kontakt mit den Anderen zu erspüren. Mit Hilfe des kinesiologischen Muskeltests entschlüsseln wir den darunterliegenden Stress. Um die Nähe echt wahrzunehmen und genießen zu können. Natürlich behutsam. Schritt für Schritt die Nähe entfalten hat ein immenses Potenzial. Sich selbst zu berühren oder die Hand eines Anderen zu halten kann Enormes auslösen. Wir haben die Möglichkeit, die ganze Nacht in Kontakt zu bleiben und zu übernachten. Wir nähren uns von der Nähe. Es ist ein dauerhafter Prozess, der die ganze Nacht über andauern kann. Du kannst jederzeit dazu kommen oder gehen!! Es gibt keine Beschränkung, kein Mini- oder Maximum, was das Level an Nähe angeht

Raumnummer 8 Big Massage, neben dem Saunabereich. Es soll möglich sein für alle Teilnehmer dort zu übernachten

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Nicole Winter



Authentische Beziehungen

www.pureloveinside.com

Email: info@pureloveinside.com

Tel: 0176 22 36 52 05

Jeder Mensch hat im Beziehungskontext zwei Grundbedürfnisse. Autonomie und Verbindung.
Um authentische, gesunde Beziehungen zu führen brauchen wir beides.

Die Fähigkeit autonom handeln zu können, bedeutet für mich Selbstliebe und durch die Fähigkeit authentisch in Verbindung zu sein wird Liebe in Beziehungen erst erfahrbar.

Was wir dazu brauchen, ist unseren Körper, unseren Atem und den Mut uns ehrlich zu zeigen.
Ich lade dich zu einem Exploratorium ein, genau dies zu erforschen, damit du spielen und deine Wahrheit im Augenblick zu leben.

Meine Intention ist es, dein Selbstvertrauen zu stärken, deine Neugier und Freude auf Beziehung zu wecken, dir Erfahrungen von Intimität zu ermöglichen und vor allem:
dich mit deinem inneren GPS vertraut machen ;)

Ich freu mich auf dich!

Raum flexibel, Kissen (zum sitzen) wären fantastisch

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Nicole Winter

Magic-Women-Circle



www.pureloveinside.com

Email: info@pureloveinside.com

Tel: 0176 22 36 52 05

Seit über 10 Jahren kreierte ich Frauenkreise und mir liegt es sehr am Herzen, Teil einer neuen Schwesternschaft zu sein. Liebe Frau, Freundin, Schwester...fühl dich herzlich eingeladen!

Meine eigenen Reise und Erfahrungen in Gemeinschaften (u.a.Tamera) hat mich tief geprägt. Ich spür viel Freude über eine Welt, in der wir Frauen uns unterstützen, unsere Herzensmelodien in die Welt zu tragen. Ich wünsche mir, dass wir einen Raum des Vertrauens miteinander kreieren, indem wir angstfrei unsere Sinnlichkeit und Sexualität feiern. Es ist so schön, wenn wir uns gegenseitig unseren Rücken stärken, durch Loyalität und Transparenz. Ich freu mich darauf, dir zu begegnen.

Kakaozeremonie, Heilsingen & -trommeln und die Kraft des Kreises -
der dich einlädt, deine Geschenke & Wünsche hineinzuwoben

flexibel, mit Kissen zum sitzen oder Teppich (z. Bsp.Freudespace)

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Selina Jung & Nicole Winter



Sacred Union

www.pureloveinside.com

www.radikalehrlichkeit.de

*Weiblichkeit * Männlichkeit

...und die Magie der heiligen Verbindung.

Für Männer und Frauen. Körper- und Atemübungen, Kommunikation.

Flügelzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Nicole Winter

Schamanische Heilreise für Männer



www.pureloveinside.com

Email: info@pureloveinside.com

Tel: 0176 22 36 52 05

Lieber Mann,
ich verneige mich vor jedem einzelnen Mann, der bereit ist, seine Schönheit der Welt zu schenken.
Die Welt braucht eure Klarheit, Präsenz, Liebe und Kraft!

Ich sehe meine Arbeit als Geschenk an, tiefe Beziehungswunden zu heilen. Die Beziehung mit deiner Mutter war die Erste und wird immer Einfluss auf deine Beziehungen und Sexualität haben...wie gut, wenn sie heil(ig) ist.

Meine Haltung ist, das Mütter (generell Eltern) immer ihr Bestes geben und manchmal ist das Beste einfach nicht gut. Es ist an der Zeit, Frieden zu finden. Bist du bereit? Dann komm...

Innere Reise, begleitet von Heiltrommel & -gesang, evtl inkl. Feuerzeremonie oder Räuchern

Raum indem man sich hinlegen kann, sehr gern Flügelzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Sara-Marie Carstens

Familien World Café



sara-mariocarstens@gmx.de

01573/3691311

Was brauchen Kinder und Eltern, um sich in diesem Setting fallen lassen zu können, was brauchen die Kinder um sich vertrauensvoll den Betreuern zuwenden zu können, was brauchen die Eltern, um in Ruhe zu Workshops zu gehen?

Wie wollen wir mit Kindern in diesem Setting umgehen, welchen Raum haben sie?

Sind sie a) nervig und halten uns von unseren wichtigen Prozessen und Workshops ab? Oder b) die nächste Generation, die in all das reinwachsen und dabei sein wollen, dürfen, sollen, um genau unsere Themen eben nicht mehr zu haben?

Oder c) Lehrmeister, Inspiration, Spiegel oder nerviger Klotz am Bein?

Wie können wir uns gegenseitig unterstützen, um als Familien Teil dieser Gemeinschaft zu sein, statt unsere Zeit hier verdrießlich im Kinderzimmer, am Rande der Gesellschaft zu verbringen, wie sonst auch?

Eingeladen sind Eltern, Kinder, Kinderbetreuer, alle anderen, die Zeit mit den Kindern verbringen wollen oder selbst Kinder sind.

Nach dem World Café Prinzip möchte ich mit euch zusammen einen Raum schaffen, in dem wir als Familienclan uns und unsere Kinder besser kennenlernen und so die Basis schaffen für ein freudvolles und entspanntes Miteinander die nächsten Tage.

Flügelzimmer, Rosenzimmer, seminarraum 1

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Sara-Marie Carstens

Spielraum



sara-mariecarstens@gmx.de

01573/3691311

Inspiziert von Shamanic Clowning hab ich richtig Bock, mit euch zusammen einen Raum zu kreieren, in dem Imitation, Spiel, Lust, Bewegung, Berührung aufeinander treffen.

Ein sehr freier Rahmen, in dem ihr selbst das Maß an Intimität und Berührung herstellen könnt.

Spielplatz für Narren, Liebende, Fabelwesen, Raum für Dramatik, Lustvolles, Bizarres, Seltsames.

Der Rahmen hilft, den Kopf auszuschalten um das an Nähe und Intimität herzustellen, was man sich eigentlich wünscht.

Sich selbst nicht ernst nehmen, im Jetzt sein, spielerisch in Kontakt gehen.

Kann direkt, wild, explosiv werden, oder zärtlich, verspielt, schmusig. Oder alles, je nachdem was ihr gerade braucht.

fassl, flügelzimmer, seminarraum 1

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Sara-Marie Carstens

5 Sprachen der Liebe



sara-mariocarstens@gmx.de

01573/3691311

Wann fühle ich mich geliebt?

Was passiert nach der Verliebtheit?

Was konkret brauche ich, um mich geliebt zu fühlen?

Wohin verschwindet die Liebe in verbindlichen Partnerschaften? Und was kann ich tun, um sie aufrecht zu erhalten?

Wir schauen uns zusammen das Konzept von Gary Chapman an, einem amerikanischen Paartherapeuten. Er ist genau diesen Fragen auf den Grund gegangen, die ihn immer wieder erreicht haben. Zusammen finden wir heraus, welche DEINE Muttersprache ist und wie du deinen Liebestank auffüllen kannst.

Flügelzimmer, Rosenzimmer, seminarraum 1

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Christoph Fink & Selina Jung

Radical Honesty - Radikale Ehrlichkeit Intro



christoph@radikaleehrlichkeit.de

0176 420 907 52

selina@radikaleehrlichkeit.de

www.radikaleehrlichkeit.de

Echte Beziehungen - ohne Verbiegen oder Verstellen

Hier lernst Du:

- Die Angst vor Ablehnung zu überwinden und Dich zu zeigen
- Mutig und klar zu sagen was du willst
- Vertrauen, Leichtigkeit und Verbundenheit zu erschaffen

2,3, (4, oder 7)

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Christoph Fink

Radical Honesty - Radikale Ehrlichkeit als Meditation



christoph@radikalehrlichkeit.de

0176 420 907 52

www.radikalehrlichkeit.de

Radikale Ehrlichkeit macht jeden einzelnen Moment, jede Begegnung und jedes Wort zu einer bewussten Meditation.

Hier lernst Du:

- Im "Hier&Jetzt" zu sprechen
- Wut und Hass zu überwinden
- Besessenheit und Anhaften zu transformieren
- Verbundenheit zu erleben

Wunschraum: 2,3, (4, oder 7)

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Dhara und Christian

Verbundenheit und Freiheit



landgraf.christian@t-online.de

Verbundenheit und Freiheit

Wie ist es möglich, in dieser Beziehungswelt voll von Grenzen, Erwartungen und Konventionen, in tiefe Verbindung mit uns selbst, in authentischen Kontakt mit einem Gefährten und - aus dieser Verbindung heraus - in ehrliche Begegnung mit anderen Menschen zu kommen?

Wir wollen mit euch in dieser "geführten" Contact Jam, herausfinden, wie es sich für den einzelnen und die Gruppe anfühlt, wahrhaft mit sich selbst, einem Partner und anderen Menschen in Kontakt zu gehen UND dabei die innere Verbindung zu sich selbst (und dem jeweiligen Gefährten) aufrecht zu halten.

Wir experimentieren damit, wie sich Partikel verhalten, wenn sie aufhören, sich um sich selbst zu drehen oder in einer Endlosschleife um ihr Gegenüber zu kreisen.

Was passiert, wenn wir uns mit unserem Bedürfnis nach Kontakt zu anderen Menschen nicht mehr verstecken? Wenn wir es offen und ehrlich in die Welt bringen und es zugleich schaffen, den Kontakt zu uns selbst und den Menschen, die uns am Herzen liegen, zu vertiefen.

Das ist ein Übungsfeld, aber aus eigener Erfahrung wissen wir um die Magie des Moments, wenn so etwas wirklich gelingt. Dann öffnen sich Himmel und Erde - nach meinem Erleben entsteht erst dann wirklich Liebe.

KRIBBELN INKLUSIVE

ANFÄNGER UND FAMILIEN WILLKOMMEN

Nr. 1 (präferiert) oder Nr. 7

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Chris

SEXUALITÄT EHRLICHER UND BEWUSSTER LEBEN



0174/7463350

cs@dr-schaefer-partner.de

www.dr-schaefer-partner.de

Die menschliche Hypersexualität ist in der Tierwelt einmalig. Wir haben viel häufiger Sex als zur Erhaltung unserer Art oder zum Erzeugen von Nachkommen nötig wäre. Ähnlich wie bei manchen Primatenarten hat Sexualität für den Menschen neben der Fortpflanzung eine wichtige soziale Funktion und dient vor allem der Bindung und zur Belohnung.

Trotz dieser enormen Bedeutung für unser Zusammenleben fällt es vielen von uns schwer, mit unserer Sexualität offen und selbstbewusst umzugehen: uns selbst und dem Partner gegenüber ehrlich einzugestehen, was wir wirklich brauchen (wie genau, wie oft und wie nicht...) und das ohne Scham, Hemmungen und schlechtes Gewissen, ist auch in aufgeklärten und "modernen" Gesellschaften eher die Ausnahme als der Regelfall.

Tief sitzen unsere Prägungen aus Erziehung und Gesellschaft, was „man tut“ und was „sich nicht gehört“ und damit verbundene Ängste vor Ablehnung und Zurückweisung. In der Folge bleibt vieles unausgesprochen und damit unerfüllt. Viele Menschen brauchen ein Leben lang, um sich von überlieferten Vorstellungen, Werten und Glaubenssätzen zu lösen und eine selbstbestimmte und freie Sexualität zu entwickeln.

Wir werden uns in Partnerübungen (in wechselnden Tandems) mit unserer ganz persönlichen Sexualität auseinandersetzen, um den Ursprung unserer Überzeugungen zu ergründen und deren Auswirkung auf heutige Partnerschaften zu betrachten. Abschließend wollen wir erkunden, wie wir Blockaden leichter überwinden können, um unsere Wünsche und Bedürfnisse künftig klarer kommunizieren, ausleben und genießen zu können.

Raumwunsch: Flügelzimmer / Rosenzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

David

Satsang



015123593781

Wir kommen in einem kleinen Rahmen zusammen, und beschäftigen uns einmal ganz mit uns selbst und dem spirituellen Anteil in uns, dem Beobachter, der inneren Essenz.

Wir treten ein in einen offenen Austausch, tauschen unsere Erfahrungen und Erkenntnisse aus, sprechen über den spirituellen Pfad und den Weg zur Erleuchtung, beantworten gegenseitig unsere Fragen, und beschäftigen uns mit Themen wie zum Beispiel:

Was ist Erleuchtung, und wie werde ich erleuchtet?

Was ist der Sinn des Lebens?

Wie finde ich inneren Frieden und Glückseligkeit?

Wie schaffe ich es, im Alltag präsent zu sein, und mich nicht in allen möglichen Geschichten zu verlieren?

Wie kann ich störende Denk- und Verhaltensmuster auflösen?

Wie kann ich mit all zu überwältigenden Emotionen und Gefühlen umgehen?

Was kann ich gegen die gemeine Stimme in meinem Kopf unternehmen?

Und viele weitere Themen, die sich mit den tiefen Fragen des Mensch-Seins auseinandersetzen.

Raum 4 - Rosenzimmer

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

David

Ideenbörse



015123593781

Vielleicht kennst du das ja auch: du gehst deinem ganz normalen Alltag nach, und erhältst urplötzlich eine Eingebung: "Ich hab da eine Idee!" rufst du fröhlich entzückt über die Entdeckung die du gerade in Gedanken gemacht hast. Vielleicht ist es ein guter Einfall für ein Produkt oder eine Dienstleistung die sich gut vermarkten ließe, oder auch für ein Kunstwerk, einen Film, ein Musikstück, was auch immer. Du spielst die Idee wieder und wieder in Gedanken durch, während deine Begeisterung immer größer wird. Ja, das muss definitiv umgesetzt werden! Wieso gibt es das noch nicht? Wie kann es nur sein, dass da bisher niemand dran gedacht hat?

Dann denkst du daran, wie man diese Idee umsetzen könnte. Und schnell wird dir klar: das könnte ein ganzer Haufen Arbeit werden. Du brauchst jemanden der dies kann oder jenes kann, vielleicht musst du einen Raum finden, etwas anderes auftreiben, und dich um alles mögliche kümmern.

Und ganz schnell verliert die Umsetzung der Idee ihren Reiz.

Lass uns das zusammen ändern! In diesem Co-Creativen Raum tauschen wir uns über gute Ideen aus, bilden Teams für deren Umsetzung, und beginnen, konkrete Pläne für deren Umsetzung zu schmieden.

Bitte Stift und Papier mitbringen!

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Hanna & Bruno

Morgen - Body Awareness (Freitag und Samstag)



info@issgras.at

0043 664 99552552

www.issgras.at

www.oasendeslebens.com

Gemeinschaft in Tirol

Bruno und Hanna leben seit 6 Jahren in einer Yurte in Tirol mit ihren 3 kleinen Kindern, die beim Tanzen, Tönen und Körperübungen mitten drin sind.

Über die Jahre haben sich einige Methoden von Feldenkrais über japanische Kampfkunst, 5 Tibeter, Tanz Improvisation und Stimmtraining zu einem Morgen Programm mit oder ohne Kinder zusammen geführt. Die Stunde wird zwischen Dehnungen, Körper spüren, Tönen, Miteinander, für sich eine bunte Mischung sein.

Seminar Big oder Small oder Fassl gerne mit Musikanlage (kein Muss - lieber Platz) mit Decken!

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Hanna & Bruno**Sharing Samstag: Verantwortung über unsere Gesundheit**info@issgras.at

0043 664 99552552

www.issgras.atwww.issgras.at/IssGraswww.issgras.at/foodkombipro**Lebensgemeinschaft in Aufbau/ Willkommen in St.Johann in Tirol**

Ich (Hanna) habe Bruno kennengelernt, da war ich Ende 20 und er Mitte 40. Er sah aber aus wie Mitte 30. Ich habe damals schon seit einigen Jahren vegan und teilweise roh gelebt, jedoch hat Bruno mich Jahrelang bis heute mit seinem fundierten Wissen über Lebensmittel und welchen Einfluss die Reihenfolge vom Essen hat inspirieren können. Dieser Sharingkreis ist für alle, die sich im Klaren sind, dass sie die Verantwortung für ihre Gesundheit tragen. Wir können uns im Redekreis austauschen was uns selbst an unserer Gesundheit auffällt und wo wir hin möchten und gerne können wir unsere Tipps weiter geben, wenn gewünscht. Jeder kann seine Wünsche für diesen Kreis miteinbringen. "Sei du die Veränderung die du dir wünschst für diese Welt" M. Gandhi

Rosensaal, mit Decken zum Sitzen am Boden

Bruno & Hanna**Sharing am Sonntag vor dem Mittagessen: Medikamenten frei -
Wirklich gesund!**info@issgras.at

0043 664 99552552

www.issgras.atwww.issgras.at/IssGraswww.issgras.at/foodkombipro**Lebensgemeinschaft in Aufbau/ Willkommen in St.Johann in Tirol**

Ich (Hanna) habe Bruno kennengelernt, da war ich Ende 20 und er Mitte 40. Er sah aber aus wie Mitte 30. Ich habe damals schon seit einigen Jahren vegan und teilweise roh gelebt, jedoch hat Bruno mich Jahrelang bis heute mit seinem fundierten Wissen über Lebensmittel und welchen Einfluss die Reihenfolge vom Essen hat inspirieren können. Dieser Sharingkreis ist für alle, die sich im Klaren sind, dass sie die Verantwortung für ihre Gesundheit tragen. Wir können uns im Redekreis austauschen was uns selbst an unserer Gesundheit auffällt und wo wir hin möchten und gerne können wir unsere Tipps weiter geben, wenn gewünscht. Jeder

kann seine Wünsche für diesen Kreis mit einbringen. "Sei du die Veränderung die du dir wünschst für diese Welt" M. Gandhi

Rosensaal, mit Decken zum Sitzen am Boden

Hanna & Bruno

**Sharing vor dem Abendessen am Freitag & Samstag
Weltweit offene Räume/ Land - Wo hört für dich der We-Space auf?**



info@issgras.at

0043 664 9952552

www.oasendeslebens.com

www.issgras.at

www.issgras.at/IssGras

www.issgras.at/foodkombipro

Lebensgemeinschaft in Aufbau/ Willkommen in St.Johann in Tirol

Offener Redekreis (Sharing) zum Titel! Wie würde das Aussehen Plätze zu teilen, in wie weit ist jeder bereit seinen Besitz zu teilen etc. Vielleicht können wir an diesen Grenzen uns aufhalten und schauen was es braucht, damit sich jeder noch sicher und wohl fühlt.

Wir erzählen gerne euch über die Tätigkeit & Anliegen unseres weltweiten gemeinnützigen Vereins Oasen des Lebens, den wir 2018 gegründet haben.

Rosensaal, Fassl, irgendwo zusammen sitzen

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Carola von Szemerey

Aktive Meditation - Arbeiten mit Polaritäten



c.v.szemerey@gmail.com
www.carolaszemerey.com

Aktive Meditation

Was sind aktive Meditationen?

Aktive Meditationen arbeiten mit Polaritäten – aktivem Selbstaussdruck und innerer Ruhe.

Wir starten mit einer aktiven Phase, in der wir in unserem Körper ankommen und wahrnehmen, was present ist.

Durch Bewegung, Atmung, Emotionalen Ausdruck, Hüpfen, Tanzen, Schreien. Jenach Meditation.

Danach geht es in die Stille um in sich zu beobachten und die feinen Energieflüsse wahrzunehmen.

In unserer Gesellschaft sind nicht immer alle Emotionen willkommen. Wir halten sie also zurück und fangen an kleine Staudämme in unserem System zu etablieren.

Diese Art von Meditation erlaubt es uns diese Dämme zu brechen und uns wieder frei und leicht zu fühlen. Durch diese Art von Meditation kommen wir an Bereiche in unserem Körper und in unserer Psyche, die wir allein durch unseren Verstand nicht erreichen. Durch Bewegung, Atmung und Ausdruck werden Blockaden gelöst, die uns unterbewusst zurückhalten und unsere natürlichen Impulse behindern. Morgens:

Morgens: Dynamische Meditation

Abends: Kundalini Meditation

Diese beiden Meditationen sind wie Geschwister und mit der Dynamischen Meditation beginnen wir den Tag und mit der Kundalini Meditation beenden wir den Tag.

Es besteht die Möglichkeit auch noch Chakra Breathing als Meditation während des Tages zu machen.

großer raum für maximal 20 Leute

bewegungsfreiraum

musikanlage da für die meditation begleitmusik gebraucht wird

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

Georg und Andrej

Evolutionäre Tanzreise



Dein Portraitbild (wichtig!)

Jeder ist teil eines gemeinsamen universellen Bewusstseins. Während der Reise erwacht dieses.

Es geht ums spielen. Lasst euch von der Geschichte treiben und folgt euren Impulsen.

Reiseroute:

- Jenseits des Universums
- Urknall - Vor 14 Mrd. Jahr
- Kambrische Explosion - Vor 540 Mil. Jahren
- Jetztzeit - Synthese
- Auflösen
- Tönen

Grosser Tanzraum,, Musikanlage, Tanzboden, Matratzen, Decken

Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)

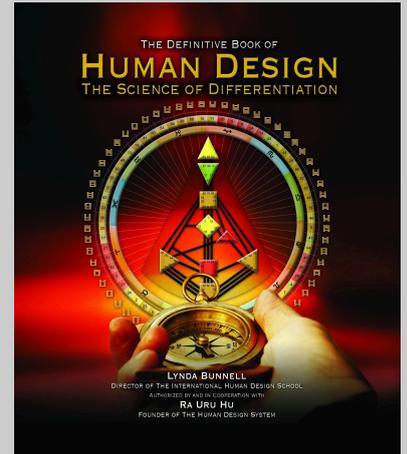
Daniel Werner

Human Design – Wie finde ich heraus, wie ich Entscheidungen treffe, und was mein Lebenszweck ist?



daniel.d.werner@gmail.com

01577 385 386 2



Jeder Mensch hat ein Energiesystem im Körper, das von Mensch zu Mensch sehr individuell aufgebaut ist. Human Design bringt dir bei, wie du “gebaut” bist, und viel wichtiger noch, wie du Entscheidungen triffst, die wirklich zu dir passen. Nicht zu dem, was dein Kopf sagt, was du tun und sein *solltest*, sondern zu dem, was wirklich für dich stimmig ist in dem Moment, und wie sich deine Energie tatsächlich ausdrücken will!

Wenn du anfängst, Entscheidungen mit deiner eigenen „**Inneren Autorität**“ zu treffen, kann dich das Schritt für Schritt aus Frustration mit dem Leben hinaus in mehr Zufriedenheit führen, und du hast Energie frei, deinen wirklichen Sinn/Zweck des Lebens zu finden. Auch dafür gibt dir Human Design Werkzeuge an die Hand.

Während des Workshops werden wir uns die Grundlagen anschauen sowie das Human Design von 3-5 Teilnehmern genauer unter die Lupe nehmen.

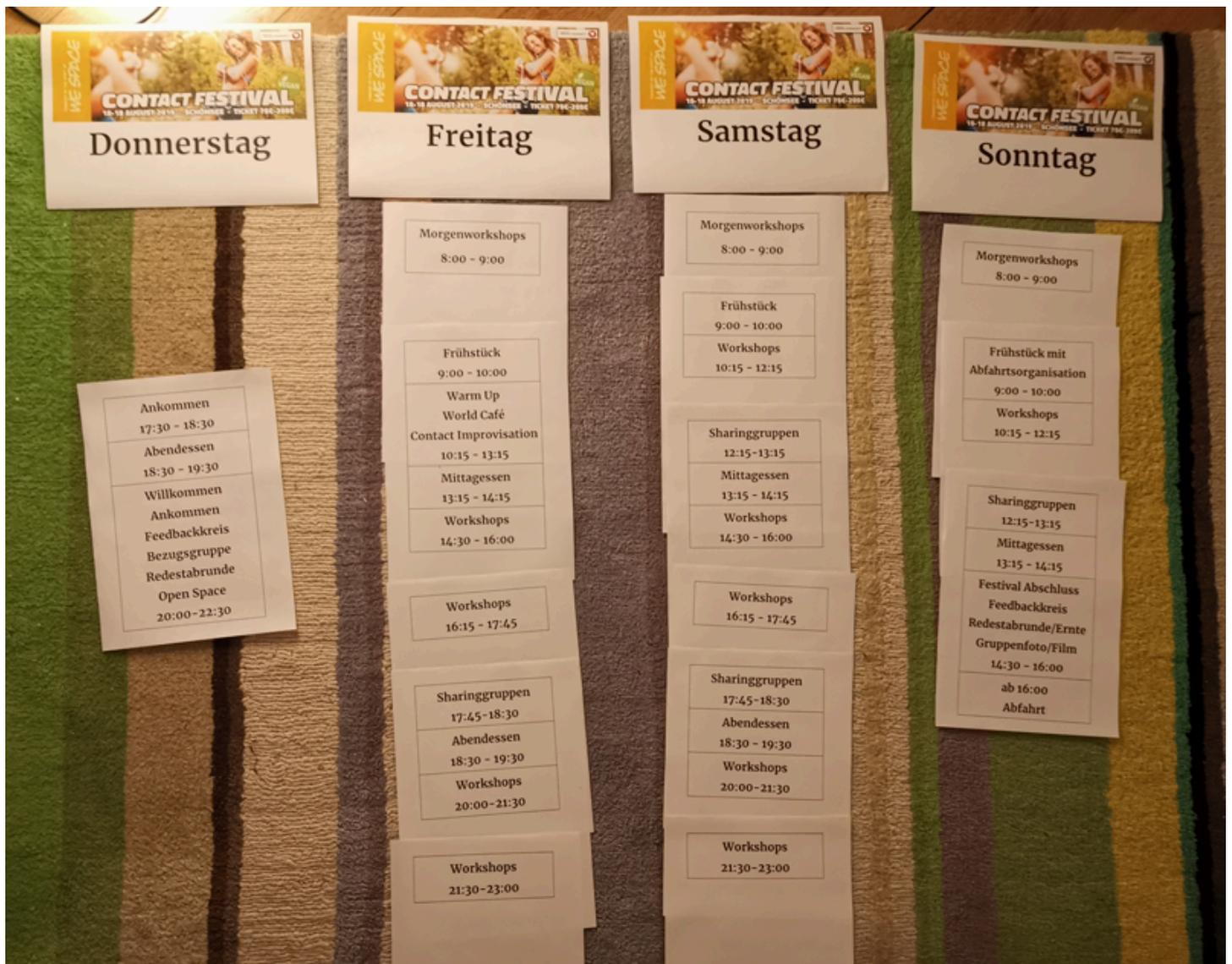
Kleiner Raum mit Sitzkissen und Yogamatten. Und Steckdose für Laptop!

Findet tatsächlich statt in:

Name Workshopgeber /-in	Workshoptitel
 <p data-bbox="92 394 446 434">Dein Portraitbild (wichtig!)</p>	Email, Kontakt
<p data-bbox="92 465 1125 506">Bitte hier deinen Workshopbeschreibungstext einfügen... (200 Worte maximal)</p>	
<p data-bbox="92 555 1501 898">Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aenean commodo ligula eget dolor. Aenean massa. Cum sociis natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus. Donec quam felis, ultricies nec, pellentesque eu, pretium quis, sem. Nulla consequat massa quis enim. Donec pede justo, fringilla vel, aliquet nec, vulputate eget, arcu. In enim justo, rhoncus ut, imperdiet a, venenatis vitae, justo. Nullam dictum felis eu pede mollis pretium. Integer tincidunt. Cras dapibus. Vivamus elementum semper nisi. Aenean vulputate eleifend tellus. Aenean leo ligula, porttitor eu, consequat vitae, eleifend ac, enim. Aliquam lorem ante, dapibus in, viverra quis, feugiat a, tellus. Phasellus viverra nulla ut metus varius laoreet. Quisque rutrum. Aenean imperdiet. Etiam ultricies nisi vel augue. Curabitur ullamcorper ultris</p>	
<p data-bbox="92 936 1501 1104">Bitte hier angeben die Nummer des Workshopraums angeber, der für euch die diesen Workshop Ideal wäre. (Nr. 1 bis 12, A bis D) Und noch die Anforderungen an den Workshopraum angeben (z.B. Größe, Musikanlage, Tanzboden, Liegeplätze, Decken, ...) Bitte kümmert euch frühzeitig und selbständig um eure Workshopraumausstattung.</p>	
<p data-bbox="92 1182 949 1223">Findet tatsächlich statt in: (wird von Urban Community ausgefüllt)</p>	

So sieht das dann am Ende ausgedruckt aus:





Grad keine Idee aber Lust auf mitmachen?

Hier die Inspiration:

Workshops [Festival 1](#),

Workshops [Festival 2](#),

Workshops [Festival 3](#).

Workshops [Festival 4](#).

[Zu](#)
[rück](#) zur Festival-Webseite

