

wolke + wind

Raum für Stille und Begegnung

Herbst/Winter | 2021



Regelmäßige Termine

- Di** 10:30–12 **Achtsamkeitspraxis und Meditation** *Karen Scholz*
20–21:30 **Wiebke-Yoga** *Wiebke Müller*
- Mi** 16–17 **Kinder lasst uns tanzen** *Karin Hopmann* | ab 3.11.
18–19:30 **Tanztraining mit Flamencotechnik** *Karin* | ab 3.11.
- Do** 18–19:30 **Achtsamkeitspraxis und Meditation** *Karen Scholz*
20–21:30 **Vinyasa-Flow-Yoga** *Mona Wilmering* | ab 7.10.
- So** 8:30–10 **Stille Meditation und Teerunde** *Karen Scholz*

Oktober | 2021

- Fr **15.10.** 18:30–21 **Feldenkraisabend** *Ann-Kristin Wiethaupt*
So **17.10.** 10:30–18:30 **Aufstellungstag** *Karen Scholz*
Fr **22.10.** 19–21 **Klangerlebnis** *Sandra Ipolyi*
Fr **29.10.** 18:30–21 **Gongmeditation** *Ela Kronwald*
Sa **30.10.** 14:30–17:30 **Buddhistische Stadt-Praxis** *Karen Scholz*

November | 2021

- Fr **5.11.** 18:30–21 **Tanzen für Frauen** *Susanne Croon, Karen Scholz*
Sa **6.11.** 16–18 **Yoga & Handpan** *Marina Kirchkesner & Uwe Uecker* – live und online
Fr **12.11.** 18:30–21 **SingSangSumm** *Karin Hopmann*
Sa **13.11.** 10:30–17:30 **MBSR-Achtsamkeitstag** *Karen Scholz*
Sa **13.11.** 19–21 **Klangerlebnis** *Sandra Ipolyi*
Fr **19.11.** 18:30–21 **Feldenkraisabend** *Ann-Kristin Wiethaupt*
Sa **20.11.** 10:30–17:30 **Buddh. Stadt-Praxis | Übungstag** *Karen Scholz*
So **21.11.** 16–18 **Filmclub** »Mr. May u. das Flüstern der Ewigkeit«
verschoben
Fr **26.11.** 18:30–21 **Gongmeditation** *Ela Kronwald*
verschoben
Sa **27.11.** 10:30–18:30 **Aufstellungstag »Alters-Integrations-Prozess«** *Dr. Peter Mantell + Karen Scholz*
verschoben
So **28.11.** 15–17 **Contact Improvisation und freie Bewegung**

Dezember | 2021

- verschoben**
Fr **3.12.** 18:30–21 **Boya – Tanzen für Frauen** *Karin Hopmann*
verschoben
So **5.12.** 16–18 **Yoga & Harfe** *Marina Kirchkesner, Marie Pieck*
verschoben
Fr **10.12.** 18:30–21 **SingSangSumm** *Karin Hopmann*
verschoben
So **12.12.** 16–18 **Klangerlebnis** *Sandra Ipolyi*
Fr **17.12.** 18:30–21 **Feldenkraisabend** *Ann-Kristin Wiethaupt*
Sa **18.12.** 14:30–17:30 **Buddhistische Stadt-Praxis** *Karen Scholz*
Di **21.12.** 18:30–21 **Die Erde berühren | Meditationsabend**
zur Wintersonnenwende *Karen Scholz*
Mi **29.12.** 17–18 **Jahresausklang** *Marina Kirchkesner, Uwe Uecker*
Handpan, Monochord, Aureliophone u. a.
Do **30.12.** 10:30–21:30 **Tag der Stille | Meditationstag | Abschluss**
mit dem Film »Zeit für Stille« *Karen Scholz*
Fr **31.12.** 11:30–14 **Gongmeditation** *Ela Kronwald* | noch mit »?«