

SINGEN

„Lebenslied, singe in mir!“

Das freie Tönen aus dem Herzen, Mantren- und Chakrensingen sowie ein- und mehrstimmige Kraftlieder führen uns in eine wohltuende und stärkende Art des Singens. Die Einfachheit und Tiefe spiritueller Gesänge ist Nahrung für Herz und Seele, so dass wir beim Singen Energie und Lebensfreude tanken.

Unser Körper ist der Klangraum für die Stimme. Damit die Stimme sich entfalten kann, will dieser Klangraum vorbereitet und geöffnet werden. Dies erleben wir in entspannenden Atem-, Körper- und Bewegungsübungen.

Kreistänze ergänzen die lustvolle Reise mit der Stimme!

Die Kurse haben jeweils thematische Schwerpunkte.

26.02.11 Von Licht und Liebe durchströmt

25. - 26.11.11 Kraft der Erde (Trommeln & Singen)

Bensheim, Praxis Beate-Reinhild Garms

Anmeldung: Tel: 06251 - 4974

18. - 20.02.11 Stille & Klang – Schweigen & Gesang

15. - 19.06.11 (Mi.-So.) Zwischen Himmel und Erde

18. - 20.11.11 Heilklangkreise & Mantrensingen

alle 3 Kurse: Bildungshaus Kloster Schöntal

Anmeldung: Tel: 07943 - 894335

oder: keb-hohenlohe@kloster-schoental.de

25. - 27.03.11 Den Frühling begrüßen

13. - 16.10.11 Stille & Klang - Heilungsräume

Bildungshaus Lindenbühl, Trogen, Schweiz

Anmeldung bei Edith Nef, Tel: (Schweiz) 0041 - 44 - 3715508

09. 07.11 Sagenhaftes Wander – und Singseminar:

Sybille von der Teck

Kursgebühr: 55 €; Kursleitung gemeinsam mit Regina Golke (10 – 19.30 h)

Anmeldung: reginagolke@web.de; Tel: 0711 - 7977421

28. - 31.07.11 Odilienberg: Mythen, Trance & Lieder

Co-Leitung: Edith Nef (Geschichtliches & Trancehaltungen)

Anmeldung bei Edith Nef, Tel: (Schweiz) 0041 - 44 - 3715508

08. - 09.10.11 Herzensträume – weite Räume

Buseck (bei Gießen), Meditationsraum für den Frieden

Kursgebühr: 80 €; Anmeldung bei Jutta Held: Tel: 06408 - 7646

mail: meditationsraum@fuerdenfrieden.de; www.fuerdenfrieden.de

SINGEN & TANZEN

„Lebenslied, singe in mir – Lebenslust, tanze in mir!“

Im Singen und Tanzen verbinden sich zwei elementare Ausdrucksformen unserer Seele.

Rituelle Kraftlieder und (meditative) Kreistänze verschiedener Kulturen sowie eigene, selbst gesungene und getanzte Lieder bringen uns mit den Kräften in und um uns in Verbindung. Im Singen der Lieder und im Fluss des Tanzens bewegen wir gemeinschaftlich die ernsten und die heiteren Seiten des Lebens, – umkreisen sie, bringen sie auf den Punkt und ziehen schließlich weiter.

Die Kurse haben jeweils thematische Schwerpunkte.

09.01.11 Wir begrüßen das Neue Jahr

Tagungshaus Michaelsberg, Cleeborn

Kurs (für Frauen & Männer) gemeinsam mit Regina Matz (Tanz)

Kursgeb.:60 €; Tel: 07143-36290; mail: rm_tanzfreude@web.de

12.02.11 Streif ich ab die alte Haut

Nürnberg, Haus Eckstein

Anmeldung: Ev. Fachstelle f. Alleinerziehende: Tel: 0911 - 2142100

www.alleinerziehende-nuernberg.de

02.04.11 Frühlingskräfte – Frühlingszauber

München, Anmeldung: info@frauenstudien-muenchen.de

Tel: 089 - 4481351, Fax:4488511

29.05.11 In Fülle und Schönheit

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz) in Überlingen.

Anmeldung: Ingemar Rohn: 07551 - 9891678; kreistanz.rohn@gmx.de

01. - 02.07.11 In Tanz & Gesang d. Lebenskraft feiern

Kloster Benediktbeuern

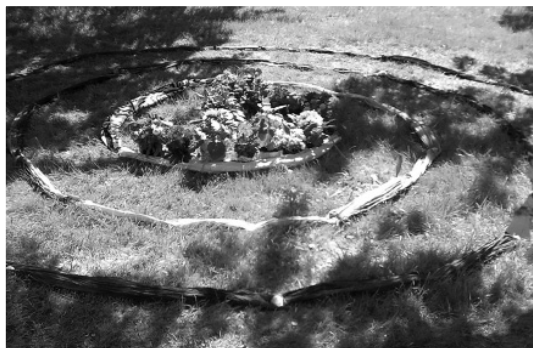
Anmeldung bei Anne Meier (Mo, Di, Do 8-12 h):Tel: 08857- 88230

16. - 18.09.11 Ein Netz aus Klang

Kloster Malgarten (Nähe Osnabrück)

Anmeldung bei Barbara Brosch: Tel /Fax: 05461 - 996 997

barbara.brosch@freenet.de; www.kanu-wandern-frauegeschichte.de



RITUALTAGE im JAHRESKREIS

Singen – Tanzen – Rituale

Die Jahreskreisfeste sind uralte Feste, in denen wir den Jahreszeitenlauf mit seinen unterschiedlichen Themen wie Licht und Dunkel, Saat und Ernte, Aufbruch und Abschied bewusst wahrnehmen und feiern.

2011 lade ich zu 6 Festen ein: Lichtfest, Frühjahrs- und Herbst-Tag-und-Nacht-Gleiche, Sommer-Sonn-Wende, Dunkelheitsfest und Winter-Sonn-Wende.

Wir werden die Feste gestalten mit Tanzen, Singen, Meditieren, in der Natur sein, Ritual feiern und einem von uns gemeinsam zusammen getragenen Festessen.

30.01.11 Lichtfest – Zeit der Visionen

20.03.11 FrühjahrsGleiche – Zeit des Aufbruchs

26.06.11 SommerSonnWende – Zeit der Fülle

24.09.11 (Sa.!)HerbstGleiche – Zeit der Ernte

30.10.11 Dunkelheitsfest – Zeit der AhnInnen

18.12.11 WinterSonnWende - Zeit der Stille

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz)

alle obigen Kurse: Mühle Mössingen, je 11-18 Uhr

Kursgeb.: pro Tages-Workshop: 60 €; bei Buchung aller Feste: 330 €

KRAFT – REISEN

23. - 30.04.11 Lesbos (Griechenland)

06. - 13.08.11 Höhlen Ile de France (Frankreich)

Bei Interesse bitte separate Reiseausschreibung incl. Anmeldeformular anfordern oder von meiner Homepage runterladen: www.arunga-heiden.de

Zur Anmeldung

Falls unter den Kursangeboten Tel/Fax/e-mail angegeben ist, bitte die Anmeldung direkt dort erledigen. Bei allen anderen Kursen bitte das beiliegende Anmeldeformular ausgefüllt schicken und die Kursgebühr spätestens 14 Tage vor Kursbeginn auf das angegebene Konto überweisen.

VERSCHIEDENE ANGEBOTE

Spirituelle Frauenchor „KaLANGa“

2 mal monatlich, Mittwoch 19 – 21 Uhr, Stuttgart
Info/ Anmeldung bei Rita Kassel, Tel: 06292 - 78232

Meine Seele singt – Mein Körper klingt

Singgruppe für Frauen und Männer 2 mal monatlich
Dienstag 18.30 – 20.30 Uhr, Alte Mühle, Mössingen.

Aktuelle Termine und Infos: www.arunga-heiden.de

Konzerte:

Duo GayaKomba: Arunga Heiden & Gabriele Hüller Rhythmus – Klang – Gesang

Spirituelle Konzerte zu den 4 Jahreszeiten und anderen
Themen; Musik zu Vernissagen, Festen, Ritualen

Trio: „Im Vorübergeh'n“ – ww Musik & Lyrik

Klavier: Anne Tübinger, Saxofone: Dorothea Tübinger
Sing- und Sprechstimme: Arunga Heiden

Aktuelle Termine und Infos: www.arunga-heiden.de

CDs und Bücher:

1. „LebensFluss“ (Buch & CD)
Spirituelle Lieder, Tänze, Texte im Jahreskreis
2. „VerWandlungen“
Spirituelle Lieder zu Wandlungsprozessen
3. „WahrNehmen“
Spirituelle Lieder zur SinnesÖffnung
4. „WahrNehmen & VerWandeln“
Buch mit Liedern, Tänzen und Texten
5. „HerzensGesang“
Spirituelle Lieder zur Herzöffnung

CD GayaKomba:

„Erden Klänge – Luft Gesänge“

neue CDs in Produktion:

- „Ich versuchte Himmel und Erde zu fassen“
Lyrik-Vertonungen
- „KlangRäume“
Musik ohne Worte (die 7 Chakren u.a.)

Alle CDs und Bücher sind zu bestellen über:

www.arunga-heiden.de oder Tel: 07473-920215



1963 geboren, Musikerin

Sängerin, Komponistin, Klangtherapeutin

Verschiedene Konzertprojekte und CD-Produktionen
(u.a. Komposition & Veröffentlichung deutsch-sprachiger
spiritueller Lieder)

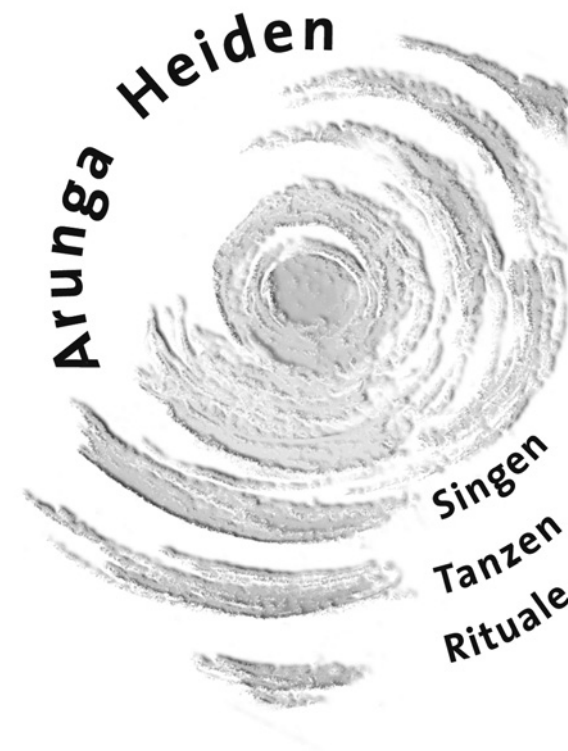
Seit 1990 tätig als Stimmlehrerin, Klangtherapeutin, Chor –
und Seminarleiterin

Langjährige Mitgestaltung und Leitung von Ritualgruppen
Fortbildungen in Bewegungstherapie und feinstofflicher
Heilarbeit.

Seit vielen Jahren begleite ich Menschen in vielfältiger Weise
mit Klängen und spiritueller Energiearbeit auf ihrem Lebens-
und Heilungsweg.

Arunga Heiden
Spitalgasse 11
72116 Mössingen
Tel / Fax: 07473 – 920213 / 14
e-mail: info@arunga-heiden.de
homepage: www.arunga-heiden.de

Meine Kurse & Reisen sind in der Regel Angebote für
Frauen, da mir die Stärkung und Begleitung von Frauen ein
besonderes Anliegen ist. Wendet sich ein Angebot an Frauen
und Männer, ist dies speziell gekennzeichnet.



**Kurse - Reisen
Konzerte**

2011