

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.

13. – 15.01.12 Klangkreise und heilsames Singen

30.05. – 03.06.12 (Mi.-So.) Die Kraft der 4 Elemente

16. – 18.11.12 Stille & Klang – Schweigen & Gesang

alle 3 Kurse: Bildungshaus Kloster Schöntal

Anmeldung: Tel: 07943 – 894335

oder: keb-hohenlohe@kloster-schoental.de

09. – 12.02.12 Licht, ich atme dich ein

25. – 28.10.12 Ich singe und werde zu Klang

Bildungshaus Lindenbühl, Trogen, Schweiz

Anmeldung: e.nef@bluewin.ch Tel: (Schweiz) 0041 - 44 - 3715508

11.03.12 Atmen & Fließen – Luft & Wasser

23. – 24.11.12 Im Lebenspuls (Trommeln & Singen)

Bensheim, Praxis Beate-Reinhild Garms

Anmeldung: bea.garms@googlemail.com Tel: 06251 - 4974

07. 07.12 Wandern und Singen (Sybille von der Teck)

Kursgebühr: 55 €; Kursleitung gemeinsam mit Regina Golke

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

28.06. – 01.07.12 und 04. – 07.10.2012

Odilienberg: Wandern & Spüren, Trance & Lieder

Co-Leitung und Anmeldung: Edith Nef:

e.nef@bluewin.ch Tel: (Schweiz) 0041 - 44 - 3715508

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.

21. – 22.01.12 Der Stimme meines Herzens folgen

Stein (Nähe Nürnberg): www.fachstelle-frauenarbeit.de

kurse@frauenwerk-stein.de Tel: 0911 - 6806142

15.04.12 Ich hab vom Blühen geträumt heut Nacht

Tagungshaus Michaelsberg, Cleeborn

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

Anmeldung: rm_tanzfreude@web.de Tel: 07143-36290

10. – 13.05.12 Im Einklang sein

Kloster Malgarten (Nähe Osnabrück)

Anmeldung bei Barbara Brosch: Tel: 05461 – 996 997

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

25. – 28.05.12 Charlottenberger Kreistanztage

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz); www.frauenlandhaus.de

Anmeldung: mail@frauenlandhaus.de Tel: 06439- 7531

20. – 22.07.12 Tanzfest „Erlebe die Vielfalt“

Ev. Akademie Bad Herrenalb (für Frauen & Männer)

Anmeldung: über Karin Enghardt-Joswich :Tel: 0700-10042004

info@neue-kreise-ziehen.de

11.11.12 Die Kraft der dunklen Zeit

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz) in Überlingen.

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

Wir werden 5 der 8 Feste gestalten mit Tanzen, Singen, Meditieren, in der Natur sein, Ritual feiern und einem von uns gemeinsam zusammen getragenen Festessen.

05.02.12 Lichtfest – Zeit der Visionen

25.03.12 FrühjahrsGleiche – Zeit des Aufbruchs

16.06.12 SommerSonnWende – Zeit der Fülle

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz)

04.11.12 Dunkelheitsfest – Zeit der AhnInnen

15.12.12 WinterSonnWende – Zeit der Stille

alle Kurse: Mühle Mössingen ca. 11-18 Uhr

Kursgeb.: pro Tages-Workshop: 60 €; bei Buchung aller Feste: 280 €



KRAFT – REISEN

21.04. – 28.04.2012 Kreta (Griechenland)

gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz)

26.08. – 01.09.2012 Le Blé (Frankreich)

Genauere Infos zu beiden Reisen sowie das Reiseprogramm mit Kursgebühren zum Ausdrucken und Anmelden finden Sie auf meiner Homepage: 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
Schnupperzeit für neue Interessentinnen: Januar - März

Sing-Gruppe „Klangnetz“

für Frauen und Männer

2 mal monatl., Dienstag 18.30 – 20.30 Uhr, 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:
17.03.12, 20 Uhr, Bischof-Moser-Haus Stuttgart
14.10.12, 17 Uhr, Frauenheilehaus Wennenden
16.12.12, 17 Uhr, Mühle Mössingen (mit Kristin Baege)

Weitere Infos: www.arunga-heiden.de - Konzerte

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
6. „Klang-T-Räume“
Chakralklänge, Heilgesänge
7. „Schläft ein Lied in allen Dingen“
Lyrik-Vertonungen

CD GayaKomba:

„ErdenKlänge – LuftGesänge“

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 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 - Rituale - Konzerte

2012