

## 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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](http://www.fachstelle-frauenarbeit.de)

[kurse@frauenwerk-stein.de](mailto:kurse@frauenwerk-stein.de) Tel: 0911 - 6806142

**15.04.12 Ich hab vom Blühen geträumt heut Nacht**

Tagungshaus Michaelsberg, Clebronn

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

Anmeldung: [rm\\_tanzfreude@web.de](mailto: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](mailto:barbara.brosch@freenet.de); [www.kanu-wandern-frauengeschichte.de](http://www.kanu-wandern-frauengeschichte.de)

**25. – 28.05.12 Charlottenberger Kreistanztage**

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz); [www.frauenlandhaus.de](http://www.frauenlandhaus.de)

Anmeldung: [mail@frauenlandhaus.de](mailto: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](mailto: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](mailto: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](http://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](http://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](http://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:**

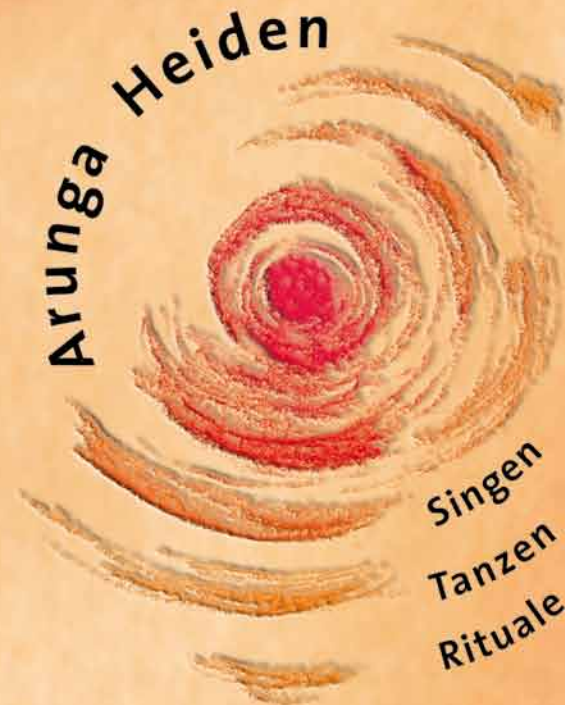
[www.arunga-heiden.de](http://www.arunga-heiden.de) oder Tel: 07473-920215



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](mailto:info@arunga-heiden.de)  
homepage: [www.arunga-heiden.de](http://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**