



Evangelische **Frauenhilfe** in Westfalen e.V.

# Klangkörper – Körper und Stimme behutsam in Schwung bringen mit Christlichem Yoga und meditativen Singen

Sonntag, 03.11.2024, B 56

TAGUNGSSTÄTTE SOEST

Was kann helfen, wenn wir uns ohnmächtig fühlen, antriebslos und ausgelaugt angesichts der vielen Krisen und Aussichtslosigkeiten, die gerade die Welt und vielleicht auch das persönliche Leben bestimmen?

Was kann weiterführen, wenn wir starr geworden sind? Wenn alles an uns abzurallen scheint und Hoffnung und Zuversicht nicht länger in uns widerhallen?

Wie können wir wieder in Schwung kommen, Klangkörper werden, unsere eigenen Schwingungen wahrnehmen und in Beziehung bringen - mit anderen, mit der Natur und mit Gott? Wo finden wir Resonanzräume, die Gutes und Gelingendes in uns zum Tönen bringen und widerhallen lassen?

Dieser Tag zu Beginn der dunklen Jahreszeit mag uns zum Schwingen und Klingen bringen. Er verhilft dazu, uns selbst zu spüren, damit wir in Resonanz zu anderen und zu Gott treten können. Mit Yoga-Übungen, die keine besonderen körperlichen Fähigkeiten voraussetzen, tun wir unseren Körpern wohl, machen sie geschmeidig, entspannt, vibrationsfähig. Durch meditatives Singen von einfachen Klang-Experimenten bis zu mehrstimmigen leichten Gesängen loben wir Gott, finden zueinander und zu uns selbst. Biblische Impulse stellen die körperlichen und musikalischen Erfahrungen in den Zusammenhang von Glaubenserfahrungen über Generationen hinweg. Ein besonderes Gefühl der Selbstbewusstheit und eine einzigartige Erfahrung von Gemeinschaft können entstehen.

In Einzel- und Gruppen-Phasen, in körperlicher Bewegung und musikalischer Klanggestaltung, in Kurz-Impulsen und Ruhe-Momenten wird ein wirkungsvoller Ausgleich zu den belastenden Alltagserfahrungen geboten.

Tun Sie sich etwas Gutes. Lassen Sie sich stärken an Körper, Geist und Seele.

Sie werden erstaunt sein, wie dieser Tag Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebenskraft, Ihre Gesundheit und Ihre Motivation fördern kann.



Die evangelische Erwachsenenbildung der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. ist Regionalstelle des Ev. Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe, der anerkannten Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz NRW im Trägerverein Ev. Erwachsenen- und Familienbildung Westfalen und Lippe e.V.



Zielgruppe Interessierte  
Kosten **55,00 €** inkl. Kaffee, Mittagessen, Kaffee und Kuchen  
**52,00 €** für Mitglieder der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen

Verantwortlich Pfarrerin Lindtraut Belthle-Drury Bildungsreferentin

Leitung **Béatrice Schilling de Courcy** Christliche Yoga-Lehrerin  
**Dr. Manuel Schilling** Theologe

Termin Sonntag, 03.11.2024  
Beginn: 10:00 Uhr, Ende: 18:00 Uhr

Ort TAGUNGSSTÄTTE SOEST  
Feldmühlenweg 15, 59494 Soest

## TEILNAHME-BEDINGUNGEN

### Anmeldung

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sylvia Pittke  
Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 236  
pittke@frauenhilfe-westfalen.de | www.frauenhilfe-bildung.de

Schriftlich per Post, E-Mail oder Fax ist Ihre Anmeldung verbindlich und verpflichtet zur Zahlung. Ist der Kurs ausgebucht oder findet er nicht statt, erhalten Sie eine Benachrichtigung und ggf eine Rückerstattung. Bitte beachten Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die Sie unter [www.frauenhilfe-bildung.de](http://www.frauenhilfe-bildung.de) finden.

**Information** (Mo – Fr: 09:00 – 12:00 Uhr)  
Pfarrerin Lindtraut Belthle-Drury, Tel. 02921 371 232

### Kosten

Kosten wie ausgeschrieben.  
Sie erhalten eine Rechnung.

An:

Evangelische Frauenhilfe in Westfalen e.V. | Sylvia Pittke | Feldmühlenweg 19 | 59494 Soest | Fax 02921 371 236 | [pittke@frauenhilfe-westfalen.de](mailto:pittke@frauenhilfe-westfalen.de)

**KlangKörper – Körper und Stimme behutsam in Schwung bringen mit Christlichem Yoga und meditativem Singen**  
**Sonntag, 03.11. 2024, B 56**

**Ich melde mich kostenpflichtig an.**

\_\_\_\_\_  
Name, Vorname

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Mail

\_\_\_\_\_  
Geb.-Datum

\_\_\_\_\_  
Sonderkostform

### Stornierung

Sollten Sie verhindert sein, melden Sie sich bitte rechtzeitig schriftlich ab. Bei kurzfristigen Absagen werden Ausfallgebühren erhoben: 14 bis zu 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn beträgt die Ausfallgebühr 50 % der angegebenen Kosten, 8 bis 1 Tag vor Veranstaltungsbeginn 75 %, bei Abmeldung am Veranstaltungstag 100 %.

### Tagungsort

TAGUNGSSTÄTTE SOEST | Feldmühlenweg 15  
59494 Soest | [www.tagungsstaette-soest.de](http://www.tagungsstaette-soest.de)  
Tel. 02921 371 280

Hinweis: Während der Veranstaltung werden ggf. Fotos/Screenshots zur Nutzung in der Öffentlichkeitsarbeit erstellt. Weisen Sie uns zu Beginn der Veranstaltung darauf hin, wenn Sie nicht einverstanden sind.

- Mitglied der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V.
- Ich stimme zu, dass meine Daten veranstaltungsbezogen elektronisch erfasst und gespeichert und für die Zusendung von Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. verwendet werden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit widerrufen.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum,

\_\_\_\_\_  
Unterschrift