

DONNERSTAG 30. MAI

**KONZERT 19.30 - 21.00 Uhr
KOSMISCHE KLÄNGE 1**

mit Barbara Ostertag
Konzert mit allen Planetengongs
des Sonnensystems
Feng-Gongs und einem
Soundcreation-Gong

FREITAG 31. MAI

**9.30 - 12.00 Uhr
YOGA 1**

Reinigung von Körper,
Atem und Geist
mit Bewegung – Asana,
Stimme – Mantra
und diversen Instrumenten

**14.30 - 17.00 Uhr
YOGA 2**

Entspannung von Körper,
Atem und Geist
mit Bewegung – Asana,
Stimme – Mantra
und diversen
Instrumenten

**18.00 - 19.00 Uhr
VORTRAG**

**Klang und Gehirn
Resonanz und Wirkung**
Wolfgang Gleixner und
Dr. Stefan Fennrich

**KONZERT 19.30 - 21.00 Uhr
KOSMISCHE KLÄNGE 2**

Konzert mit Gongs, Trommeln, Didgeridoo
mit Barbara Ostertag
und Wolfgang Gleixner

SAMSTAG 1. JUNI

**9.30 - 12.00 Uhr
YOGA 3
Chakren**

reinigen und aktivieren der
Energiezentren mit Bewegung,
Mantra, Klang (Gongs und
Klangschalen)

**14.30 - 17.00 Uhr
YOGA 4**

**Schwingungen
des Bewusstseins**
Wir erschließen uns das
Sanskritalphabet als Hilfsmittel
„bewusst zu sein“, eingebettet
in Bewegung und Klang

**18.00 - 19.00 Uhr
DIALOG**

Fritz Dobretzberger
Dr. Stefan Fennrich
Wolfgang Gleixner

**19.30 - 21.00 Uhr
KONZERT 3**

Mitspielen und Zuhören
Wir spielen mit und füreinander
Klangschalen und Gongs

SONNTAG 2. JUNI

**9.30 - 12.00 Uhr
YOGA 5**

Über Bewegung, Mantra
und Klang in die Stille

alles ist schwingung

IN RESONANZ MIT SICH UND DER WELT HEILIGENBERG 30.MAI - 2.JUNI 2019

EIN WOCHENENDE
MIT YOGA
MANTRA
KLANG
VORTRÄGEN

GONGS
KLANGSCHALEN
TROMMELN
MONOCHORD



An diesem Wochenende in Heiligenberg kommt zusammen, was zusammen gehört:

YOGA – MUSIK – WISSENSCHAFT – MEDIZIN
Alle Existenz ist eine Erscheinungsform verschieden schneller Schwingungen. Dieses Wissen ist die Grundlage vieler Bewusstseinslehren, darunter auch Yoga. Die westliche Schulmedizin greift diese Lehren auf und forscht mittlerweile intensiv über die Auswirkungen von Klang und Bewusstsein auf Körper und Geist.

Die vier Personen, die diese Veranstaltung leiten, beschäftigen sich seit langem – jeder auf seine Weise – mit dem Thema. Sie zeigen an diesem Wochenende ihr Wissen und werden mit dem Publikum über das Zusammenspiel von Schwingung, Klang, Yogaübung und Atmung diskutieren und die Theorien durch Konzerte und Übungen in die Erfahrung bringen.

Wir garantieren ein großartiges Erlebnis – schon deshalb, weil es diese Zusammenkunft so noch nicht gab!

Barbara Ostertag

ist Musikerin und Yogalehrerin. Aufgewachsen in einer Musikerfamilie, in der auch Yoga praktiziert wurde, gehören Musik und Yoga seit ihrer Kindheit zu ihrem Leben. Nach dem Abitur folgten ein Musikstudium und Unterweisungen in Yoga, Rezitation und Sanskrit. Heute arbeitet sie in ihren Yogakursen vorwiegend mit Planetengongs, Klangschalen, Monochord, Trommeln und Stimme.

Wolfgang Gleixner

ist gefragter Multi-Instrumentalist (Haindling, Blue Man Group, Konstantin Wecker) und Klangforscher. Er wirkte mit bei „Tantrische Selbstheilung“ mit Lama Gangchen, komponiert Filmmusik und fertigt eigene Klangmusik-Produktionen.

Dr. Stefan Fennrich und Wolfgang Gleixner erforschen die heilende Kraft von Musik und Klang in medizinischen Grenzsituationen. Aktuell arbeiten sie zusammen im Projekt **CoMiCon**. Hier entwickeln sie gemeinsam mit Neuropsychologen komplexe auditive (musikalische) Stimuli, um positiv auf Wachheitsmotivation und Stressniveau von Patienten in veränderten Bewusstseinszuständen (z.B. Koma) einzuwirken.

Dr. Stefan Fennrich

ist Dozent u.a. am Universitätsklinikum Tübingen. Seine Lehrtätigkeit im Bereich Herzchirurgie/extrakorporale Unterstützungsverfahren und seine intensivmedizinischen Erfahrungen führten zur Entwicklung der Intensivstation der Zukunft. Er initiierte **CoMiCon** („Gehirn-Computer-Schnittstelle für Patienten in minimalen Bewusstseinszuständen“), ein Projekt des Bundesministeriums für Bildung und Forschung. In enger Zusammenarbeit mit Wolfgang Gleixner und anderen beschäftigt er sich mit Fragen der Wirkung von Kunst und Musik in der Intensivmedizin. Er war verantwortlicher Hefredakteur der Ausgabe 1/2015 der Zeitschrift „Spiritual Care“ des renommierten wissenschaftlichen Kohlhammer Verlags, die er gemeinsam mit Professor Dr. med. Eckhard Frick (München) veröffentlichte.

Fritz Dobretzberger

Gründer und Inhaber von „PLANETWARE“, der Plattform zum Verständnis des Oktavgesetzes des Schweizer Musikforschers Hans Cousto. Fritz Dobretzberger arbeitet seit Anfang der 90-iger Jahre mit verschiedenen Musikern und Komponisten zusammen und veröffentlicht ihre Aufnahmen.

PREISE

| | |
|---|-----------|
| ganzes Wochenende | 200,- € |
| alle Yoga Sequenzen | 165,- € |
| alle Konzerte incl. Vorträge | 50,- € |
| Yoga einzeln | |
| Freitag, Samstag (3, 4) Sonntag (5) | je 35,- € |
| Konzert am Donnerstag (1) | 15,- € |
| Konzerte Freitag, Samstag incl. Vortrag Dialog (2, 3) | je 20,- € |

Übernachtung und Verpflegung: Selbstversorgung
Bei 10 verbindlichen Anmeldungen für den ganzen Kurs organisieren wir eine Mittagsverpflegung vor Ort. Bitte erfragen!

Anmeldung, Übernachtung und weitere Infos: christine.lux@t-online.de

Überweisung:
Konto Raimund Lux, IBAN DE32 7002 0270 0015 1305 95
Verwendungszweck: allesistschwingung

Alle Veranstaltungen können auch vor Ort gebucht und bezahlt werden. Vor Ort jeweils + 2,- €

Die Plätze sind begrenzt – bitte bald anmelden!



Lux Heiligenberg
Heiligenberg 7a
84337 Schönau