

GESANG & STILLE

Das freie Tönen aus dem Herzen sowie das Singen von Mantren und Kraftliedern führt in eine stärkende und heilsame Art des Singens. Die Einfachheit und Tiefe spiritueller Gesänge ist Nahrung für Herz und Seele, so dass wir beim Singen Energie und Lebensfreude tanken. Zwischen den Gesängen genießen wir die Kraft der Stille.

Unser Körper ist der Klangraum für die Stimme. Daher stimmen wir uns ein mit wohltuenden Atem-, Körper- und Bewegungsübungen.

Kreistänze und Bewegungsmeditationen ergänzen die lustvolle Reise mit der Stimme!

Die Kurse sind thematisch unterschiedlich gestaltet.

06. – 07.03.21 Leben atmet – Leben pulsiert

Wegen Corona verschoben: 12. -13.03.22

Buseck (bei Gießen), Meditationsraum für den Frieden

Anmeldung bei Jutta Held: Tel: 06408 – 7646

meditationsraum@fuerdenfrieden.de www.fuerdenfrieden.de

25. – 28.03.21 Frühlingsklänge im Tanz der Elemente

Bildungshaus Lindenbühl, Trogen, Schweiz

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

24. – 27.06.21 Odilienberg – ein Kraftort

Wandern, Spüren, Singen – Mythen und Geschichten

Co-Leitung und Anmeldung: Edith Nef:

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

06. – 07.11.21 Schamanisches Trommeln und Singen:

Sichtbare und unsichtbare Welten

Bensheim, Praxis Beate-Reinhild Garms

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

11. – 14.11.21 Klänge, Gesänge und stilles Ahnen

Bildungshaus Lindenbühl, Trogen, Schweiz

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

02. – 05.12.21 Stille & Klang – Schweigen & Gesang

Bildungshaus Kloster Schöntal, Tel: 07943 – 894335

Anmeldung: keb-hohenlohe@kloster-schoental.de

GESANG & TANZ

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

Spirituelle Kraftlieder und Kreistänze bringen uns mit den Kräften in und um uns in Verbindung. Im Singen der Lieder und im Fluss des Tanzens schwingen wir uns in uralte Muster ein und bringen damit innere Lebensthemen in Bewegung.

Die Kurse sind thematisch unterschiedlich gestaltet.

15. – 16.01.21“Und jedem Anfang wohnt ein Zauber

inne“ – Lieder, Tänze, Texte zum Neubeginn

Wegen Corona verschoben auf: 11. – 12. 02.22

Evang. Forum Annahof, Augsburg

Kurs für Frauen & Männer

Anmeldung: sekretariat@annahof-evangelisch.de

29. – 31.01.21 Aufbruch in die Weite

Wegen Corona verschoben auf: 21. – 23.01.22

Evang. Akademie Bad Boll

Anmeldung: erika.beckert@ev-akademie-boll.de

Telefon: 07164-79-211 Tagungsnummer 54 06 21

12. – 14.02.21 Die Kraft der Verwandlung

Bildungshaus Kloster Schöntal **abgesagt wegen Corona**

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

Anmeldung: 07943 – 894335 o. keb-hohenlohe@kloster-schoental.de

13. – 14. 03.21 Zwischen Himmel und Erde

Weilheim, Angebot für Frauen & Männer

Anmeldung: 0881 – 41337 oder: schumacher.weilheim@web.de

13. – 16.05.21 Tanz & Singfestival

gemeinsam mit Laura Shannon und Rena Kragiopoulou

Evang. Akademie Bad Herrenalb, für Frauen & Männer

Nähere Infos unter: www.reisen-und-tanz.de

Anmeldung bei Beate Frey: info@reisen-und-tanz.de

01. – 03.10.21 Ernten was mein Herz erfreut

Insel Reichenau (Bodensee)

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz).

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

26. – 28.11.21 Schwester Dunkelheit

Evang. Akademie Bad Herrenalb

Kurs gemeinsam mit Ziria Voigt (Tanz).

Nähere Infos unter: www.reisen-und-tanz.de

Anmeldung Beate Frey: info@reisen-und-tanz.de

DIE KRAFT DER RITUALE

Die Jahreskreisfeste sind uralte Feste, in denen wir den Jahreszeitenzyklus mit seinen unterschiedlichen Themen wie Licht und Dunkel, Saat und Ernte, Aufbruch und Abschied bewusst wahrnehmen. Von diesem zyklischen Wandel lernen wir für unsere eigenen Lebensprozesse.

Wir werden uns mit Liedern, Texten und Tänzen einschwingen ins jeweilige Thema, im Ritualgarten unser jeweiliges Ritual feiern und ein gemeinsam zusammen getragenes Festmahl genießen.

21.03.21 (So) Frühjahrs-Gleiche – Zeit zu säen

01.05.21 (Sa) Walpurgis – Zeit der Zaunreiterin

19.06.21 (Sa) SommerSonnWende – Zeit der Fülle

25.09.21 (Sa) Herbst-Gleiche – Zeit der Ernte

31.10.21 (So) Dunkelheitsfest – Zeit der Ahnen

19.12.21 (So) WinterSonnWende – Zeit der Stille

alle Kurse: ca. 7 Stunden (Uhrzeit wechselt je nach Fest)

Ort: Mühle Mössingen und Ritualgarten

Kursgeb.: pro Workshop: 65 €



DIE KRAFT DER KLÄNGE

21. – 24.01.2021 Heil-Klang-Wege (Modul IV)

Heilkraft von Schamanischer Trommel und Océandrum

11. – 13.06.2021 Heil-Klang-Wege (Modul III)

Heilkraft von Klangschalen und Gong

18. – 25.07.2021 Heil-Klang-Wege (Intensivwoche)

Abschlusswoche: Anwendung aller Module

Ort: Arungas KlangRaum, 72116 Mössingen, Spitalgasse 11

Klangbrücke GbR: Begleitung mit Klängen in Übergangs – und Krisensituationen

Nähere Infos unter: www.Klang-Brücke.de

KRAFT – REISEN

17. – 24.04.2021 Lesbos - Griechenland
22. – 29.05.2021 Kreta – Griechenland (ausgebucht)
Singen – Tanzen – Rituale (gemeinsam mit Ingemar Rohn)

01. – 08.08. 2021 Le Blé - Frankreich
Klang-Gesang-Naturerfahrung

Genauere Infos zu den Seminarreisen sowie das Reiseprogramm mit Kursgebühren zum Ausdrucken und Anmelden finden Sie auf meiner Homepage: www.arunga-heiden.de

CHOR & SINGGRUPPE

Spirituelle Frauenchor „KaLANGa“
2 mal monatlich, Mittwoch 19 – 21 Uhr, Stuttgart
Der Chor ist geschlossen. Es gibt eine Warteliste für Interessentinnen.
Info unter: hanna@maier-lyrik.de

Offener Sing-Kreis „KlangNetz“
für Frauen und Männer im KlangRaum Mössingen
1-2 mal monatl., Dienstag 18.30 – 20.30 Uhr
Aktuelle Termine und Infos: www.arunga-heiden.de

KONZERTE

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

08.05.21, 17.00 h **Klangkonzert** (nur auf Voranmeldung)
TanzEtagé, 72810 Gomaringen
www.tanzetage-gomaringen.de

04.07.21, 11.00 h **Solokonzert Arunga**
Mundenhof 37, 79111 Freiburg
Kartenvorverkauf, info@sambuca-netzwerk.de

17.07.21, 17.30 h **Mitsingkonzert**
Ritualgarten, Mössingen

12.12.21, 16.00 h **Kerzenlichtkonzert mit Kristin Baege**
Mühle Mössingen (bitte voranmelden)

CDs & LIEDER-TANZBÜCHER

Viele CDs mit spirituellen Liedern, vertonter Lyrik, heilsamen Klängen und Bücher mit Noten, Tanzbeschreibungen, Texten und Bildern
zu bestellen unter: <https://arunga-heiden.de/cds-buecher/>



1963 geboren
Sängerin, Komponistin, Klangtherapeutin, Ritualleiterin
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
e-mail: info@arunga-heiden.de
homepage: www.arunga-heiden.de

Zur Anmeldung

Falls unter den Kursangeboten Tel./E-Mail angegeben ist, bitte die Anmeldung direkt dort erledigen. Bei allen anderen Kursen bitte bei mir per Mail anmelden und die Kursgebühr nach Anmeldebestätigung umgehend überweisen. Erst dann ist die Anmeldung für beide Seiten verbindlich.
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.

Jahresprogramm 2021

Workshops – Fortbildungen
Rituale – Konzerte



Alle in diesem Programm angegebenen Angebote können nur stattfinden, wenn die Corona-bedingten Veranstaltungseinschränkungen es zulassen. Ich bitte daher die aktuellen Möglichkeiten jeweils auf der Homepage nachzulesen.