

## 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.

**23. – 26.06.22**

### **Sommergesänge – Tanz der Lebenskraft**

Bildungshaus Lindenbühl, Trogen, Schweiz

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

### **03.07.22 Sagenhaftes Wander- und Singseminar**

Lonetal (Kurs für Frauen & Männer)

Anmeldung: Regina Golke Tel. 0711 / 7977421 reginagolke@web.de

### **13. – 16.10.22 Herbstgesänge von Ernte und Abschied**

Bildungshaus Lindenbühl, Trogen, Schweiz

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

### **05. – 06.11.22 Schamanisches Trommeln und Singen:**

#### **Atmen in die Wurzelkraft – Raum der Tiefe**

Bensheim, Praxis Beate-Reinhild Garms

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

### **11. – 13.11.22 Kongress: Alchemie der Liebe**

gemeinsam mit vielen Weberinnen der Weisheit und Verwandlungskraft

Evang.Akademie Bad Herrenalb, für Frauen & Männer

[https://www.reisen-und-tanz.de/kongresse-festivals/?event\\_id=2941](https://www.reisen-und-tanz.de/kongresse-festivals/?event_id=2941)

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

### **25. – 27.03.22 Lebenskraft, tanze**

#### **– Frühlingsklang, singe in mir!**

Evang. Bildungszentrum Alexandersbad

Anmeldung: info@ebz-alexandersbad.de

### **02. – 03. 04.22 Verwandelt - Verbunden**

Weilheim, Angebot für Frauen & Männer

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

### **06. – 08.05.22 Tanz- & Singfest: Neue Kreise ziehen**

Tagungshaus Hesselberg

für Frauen & Männer. Gemeinsam mit Nanni Kloke u. Piriy Krakow

Anmeldung: info@neue-kreise-ziehen.de

### **12. – 15.05.22 In Vielfalt und Liebe tanzend**

#### **und singend unterwegs sein**

Insel Reichenau (Bodensee)

Kurs gemeinsam mit Ingemar Rohn (Tanz).

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

### **08. – 10.07.22 Die Fülle des Sommers**

Tagungshaus Schönenberg

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

Anmeldung: rm\_tanzfreude@web.de

### **19. – 20.11.22 Rhythmus – Tanz – Gesang**

Seminarort: Puls & Raum, Gießen

Kurs für Frauen & Männer. Übernachtung auf Anfrage

Anmeldung bei Dorothea Niedecken: dorothea@pulsundraum.de

### **20. – 22.01.23 Aufbruch in die Weite**

Evang. Akademie Bad Boll

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

Telefon: 07164-79-211

## 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.

**05.02.22 (Sa) Lichtfest – Zeit der Visionen**

**20.03.22 (So) FrühjahrsGleiche – Zeit zu säen**

**01.05.22 (So) Walpurgis – Zeit der Zaunreiterin**

**18.06.22 (Sa) SommerSonnWende – Zeit der Fülle**

**30.10.22 (So) Dunkelheitsfest – Zeit der Ahnen**

**18.12.22 (So) WinterSonnWende – Zeit der Stille**

alle Kurse: ca. 6-7 Stunden (Uhrzeit wechselt je nach Fest)

Ort: Mühle Mössingen und Ritualgarten oder Umgebung

Kursgeb.: pro Workshop: 65 €



## DIE KRAFT DER KLÄNGE

### **Heil-Klang-Wege:**

#### **Klangtherapeutische Vertiefung für Fortgeschrittene**

**10. – 13.03.2022**

**21. – 24.07.2022**

**20. – 23.10.2022**

Ort: Arungas KlangRaum, 72116 Mössingen, Spitalgasse 11

#### **Klangbrücke GbR: Begleitung mit Klängen in Übergangs – und Krisensituationen**

Nähere Infos unter: [www.Klang-Brücke.de](http://www.Klang-Brücke.de)

## KRAFT – REISEN

21. – 28.05.2022 Lesbos – Griechenland

Tanz-Gesang-Ritual

06. – 13.08.2022 Le Blé – Frankreich

Klang-Gesang-Meditation - Naturerfahrung

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

## CHOR & SINGGRUPPE

**Spiritueller 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](mailto: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](http://www.arunga-heiden.de)

## KONZERTE

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

02.07.22, 17 h Openair-Mitsingkonzert  
Ritualgarten Mössingen

11.12.22, 16 h Kerzenlichtkonzert(mit Kristin Baege)  
Mühle Mössingen (bitte voranmelden)

## CDs & LIEDER-TANZBÜCHER

**Zahlreiche CDs mit:**

- spirituellen Liedern
- vertonter Lyrik
- heilsamen Klängen

**4 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 : 07473 – 920213  
e-mail: [info@arunga-heiden.de](mailto:info@arunga-heiden.de)  
homepage: [www.arunga-heiden.de](http://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 2022



## Workshops - Konzerte - Rituale

Alle in diesem Programm angegebenen Angebote können nur stattfinden, wenn die Corona-bedingten Veranstaltungseinschränkungen es zulassen. Veranstaltungen unter 2 G oder 2G+ finden unter meiner Leitung nicht statt, da ich niemanden ausschließen möchte. Ich bitte daher die aktuellen Möglichkeiten jeweils auf der Homepage nachzulesen oder bei den jeweiligen VeranstalterInnen zu erfragen.