

Während des Winters ziehen die Bäume ihre Säfte nach innen. Die schon sichtbaren Knospen, in denen im Herbst die neuen Blätter und Triebe vorbereitet worden sind, ruhen jetzt in einer sicheren Umhüllung. Das ist der Auftakt der Natur für den neuen Frühling.



## Die WinterRuhe und die eigene schöpferische Kraft

25.- 27.Januar 2019

Havelland

### Die Verbundenheit mit der Natur und der eigenen Stimme

In den Jahreszeiten, in unserem Körper gibt es, wie in allen schöpferischen Prozessen die Phase des nach Innengehens, des Ruhens als Auftakt für das Neue. Übergehen wir diese Phase, kommt etwas aus dem Lot.

Durch unterschiedliche Arten des Nicht-Tuns sich nähren und wie bei einem Instrument die Saiten der eigenen Stimme einmal entspannen. Wege finden sich unangestrengt innen mit der Bewegung und der eigenen Stimme zu verbinden. Aus dem Nicht-Tun und auch der Stille Töne, Improvisationen entstehen lassen und durch verschiedene Rhythmen gehen.

Mit einem Walk in die Natur und Körper -und Stimmarbeit.  
Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Wir wohnen in einem liebevoll renovierten Haus mit Kamin direkt an einem Naturschutzgebiet samt großem See mit Singschwänen im Winter. Es liegt in dem Teil des Havellandes, was jetzt dark-sky-reservates/ Sternenpark ist ->das sind die Gebiete Deutschlands, in denen es Nachts noch wirklich dunkel ist und viele Sterne und Milchstrassen zu sehen sind.

**Zeit :** Beginn Fr. 25. Januar 2019 16.30 - Ende So. 27. Januar 2019 16.00

**Kosten:** 220,00 EUR, bzw. 250,00 EUR bei einer Anmeldung nach dem 03.01.2019  
Unterkunft ab 49 EUR je nach Teilnehmerzahl.

**Anreise:** Eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist gut möglich. Oder mit  
Auto oder Fahrgemeinschaft.

**Leitung:** Mareike Andersen, Stimm- und Gesangslehrerin, Chorleiterin

**Anmeldung :** unter [Info@mareike-andersen.de](mailto:Info@mareike-andersen.de)

Bei Fragen oder für weitere Informationen gerne unter 030 - 618 39 24 oder  
[info@mareike-andersen.de](mailto:info@mareike-andersen.de)

---

**ANDERS.SINGEN**

Mareike Andersen Muskauerstr. 37 II 10997 Berlin  
030 - 618 39 24 [info@mareike-andersen.de](mailto:info@mareike-andersen.de)  
[www.anders-singen.de](http://www.anders-singen.de)