



Spiritualität und Kreativität
Christliches Yoga und Embodiment mit Pia Wick

VERANSTALTUNGSSNUMMER

220303

DATUM

28. Januar, 18 Uhr bis 30. Januar 2022, 13 Uhr

INHALT

Mehr als einmal im Leben fragen wir uns, was wir verkörpern und wie wir unserer Sehnsucht nach Lebenskraft und innerem Frieden begegnen. Alles, was wir denken und erleben, beeinflusst unseren Körper und unser körperliches Empfinden. Alles, was unser Körper erlebt, hat wiederum Einfluß auf unsere Gedanken und unsere Gefühle. Die Körpererfahrung im Glauben und der Glaube in der Körpererfahrung eröffnen im Wechselspiel einen neuen Raum einer ganzheitlichen Spiritualität. In diesem Yoga-Workshop werden daher unterschiedliche Elemente eingesetzt, um ein ausgeglichenes Verhältnis von Spiritualität und Körperlichkeit erreichen zu können. Dazu gehören Entspannungsübungen, Atemtechniken, Körperübungen, Inspirationen aus der Bibel, Stille und Achtsamkeit. Wir erleben im christlichen Yoga, wie Spiritualität nährt, stärkt und belebt.

Dieser Kurs richtet sich an alle, die an Yoga, christlicher Spiritualität und einem ganzheitlichen Verhältnis von sich in der Welt interessiert sind.

Pia Wick, Lehrerin, Yogalehrerin, Bewegungspädagogin
Kerstin Galher, Evangelische Akademie Villigst



PROGRAMM

Freitag, 28. Januar 2022

ab 17 Uhr	Anreise
18 Uhr	Abendessen
19 Uhr	Ankommen und Einfinden
20-21.30 Uhr	Abendyoga

Samstag, 29. Januar 2022

ab 7.45 Uhr	Morgenritual (für early birds)
ab 8.15 Uhr	Frühstück
9.30 Uhr	Thema: Embodiment – was verkörpere ich?
10.30 Uhr	Pause
11 Uhr	Yogapraxis – Achtsamkeit und Respekt
12.30 Uhr	Mittagessen und Mittagspause
14.30 Uhr	Kaffeetrinken
15 Uhr	Thema: Embodiment und christliche Spiritualität
16 Uhr	Yogapraxis – neue Potentiale entdecken
18 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr	Abendprogramm: Regeneration und Resilienz
ab 21 Uhr	Begegnungen am Abend

Sonntag, 30. Januar 2022

ab 7.45 Uhr	Morgenritual (für early birds)
ab 8.15 Uhr	Frühstück
9.30 Uhr	Thema: Embodiment – selbstbewußt und kohärent im Alltag
10.30 Uhr	Pause
10.45 Uhr	Yogapraxis – bereit für den Alltag
12.15 Uhr	Abschlussrunde
12.45 Uhr	Mittagessen, anschließend Abreise



VERANSTALTUNGSSORT

Evangelische Tagungsstätte Haus Villigst, Iserlohnerstraße 25, 58239 Schwerte

REFERENTIN/VERANSTALTUNGSLEITUNG

Pia Wick

GESAMTVERANTWORTUNG/INHALTLICHE BERATUNG

Kerstin Gralher

kerstin.gralher@kircheundgesellschaft.de

TEILNAHMEGEBÜHR (PRO PERSON)

165,00 Euro im Doppelzimmer mit Vollpension (20,00 Euro Einzelzimmer-Zuschlag)
zuzüglich 85,00 Euro Tagungsgebühr

ANMELDUNG

Institut für Kirche und Gesellschaft · Iserlohner Str. 25 · 58239 Schwerte

Ulrike Pietsch (Tagungssekretariat)

T. 02304.755-325 · Mo-Fr 9-16 Uhr

ulrike.pietsch@kircheundgesellschaft.de

www.kircheundgesellschaft.de

HINWEISE ZU ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich frühzeitig an. Sie erhalten eine Anmeldebestätigung/Rechnung. Bitte überweisen Sie die Tagungskosten auf das in der Rechnung angegebene Konto. Bei einer Absage später als zwei Wochen vor Beginn wird eine Ausfallgebühr von 75%, bei einer Absage am Tag des Tagungsbeginns von 100% berechnet. Datenschutzbestimmungen und **AGB** finden Sie unter: <http://www.kircheundgesellschaft.de/das-institut/agb-und-datenschutz/>

**Das Institut für Kirche und Gesellschaft der EKvW ist Teil des Ev.
Erwachsenenbildungswerkes Westfalen und Lippe e.V. – vom Land NRW anerkannte und
geförderte Einrichtung der Weiterbildung.**