

Haus Maria Lindenberg
Spiritualität und Exerzitien
Lindenbergstr. 25
79271 St. Peter i. Schw.

Anreise mit dem Auto

Bundesautobahn Frankfurt Basel (BAB 5),
Abfahrt Freiburg Nord. Über Glottertal nach
St. Peter, von dort noch ca. 3 km zum Lin-
denberg (die Straße ist ausgeschildert).

Anreise mit dem Zug

Ankunftsbahnhof: Freiburg Hauptbahnhof,
von dort mit dem Bahnbus über Glottertal
nach St. Peter.

Oder per Bahn nach Kirchzarten, dann mit
dem Bus nach St. Peter. Auf Wunsch und
nach Anmeldung bringt Sie unser Fahrdienst
von St. Peter zum Lindenberg.



Erzdiözese
Freiburg

Ein Haus der Erzdiözese
in Trägerschaft
des Erzbischöflichen Seelsorgeamtes

Wandern und Singen

Die Stimme(n) spüren in der Natur



27.–31. August 2017

Leitung

Martina Freytag, Dipl.-Päd. für Pop- und
Jazzgesang, Chorleiterin
Dorothea Welle, Dipl.-Theol.



Haus Maria Lindenberg

St. Peter im Schwarzwald

Wandern und Singen

Die Stimme(n) spüren in der Natur

Aktives Singen stellt eine unmittelbare Verbindung zu unserer Seele her. Im Singen kommt die Stimmungslage der Seele zum Ausdruck. Wer singt, kann bei sich wahrnehmen, wie Spannungen beginnen sich umzuwandeln und aufzulösen und wie sich die innere Freude verstärkt. Wo Menschen zusammen singen, sprechen sie eine „gemeinsame Sprache“. Sie begegnen und berühren sich auf einer Ebene jenseits der Worte.

In Kombination mit Bewegung in freier Natur und dem Aufsuchen inspirierender Plätze kann Singen zu Ausgeglichenheit und zu Wohlbefinden beitragen. Im Alltag stark beanspruchte Personen können neue Kraft und Energie tanken. Die Dynamik des gemeinsamen Singens verstärkt auch die Begegnung mit der Natur. Das abwechslungsreiche Ambiente der Natur rund um den Lindenberg schärft die Sinne und beflügelt das gemeinsame Stimmerlebnis.

An jedem Tag stehen eine Wanderung und Zeiten des Einübens und Singens von Mantras, Circlesongs, meditativen Liedern, inspirierenden Popsongs und afrikanischen Rhythmen auf dem Programm. Der ein oder andere Gesang wird im Freien das Naturerleben verstärken. Um eine zeitliche Flexibilität zu gewährleisten, gibt es mittags ein Lunchpaket und abends eine warme Mahlzeit.

Bitte Wanderschuhe, wetterangepasste Kleidung, Rucksack und Trinkflasche mitbringen. Eine gesangliche Vorbildung ist nicht erforderlich.

Martina Freytag ist Diplompädagogin für Pop- und Jazzgesang und Leiterin mehrerer Chöre der Region. Seit 1991 betreut sie Singangebote in Vocal und Jazzimprovisation, im Wandern und Singen und anderer vokaler Aktionen im Freien.

Dorothea Welle ist Diplomtheologin und begeisterte Jakobspilgerin.

Beginn

Sonntag, 27.8./ 18 h mit dem Abendessen

Ende

Donnerstag, 31.8./ 13 h mit dem Mittagessen

Kosten

EZ € 234,00 (Ü/ Vpfl.)

DZ € 186,40 (Ü/ Vpfl.)

Kursgebühr € 80,00 – € 100,00
nach Selbsteinschätzung

Anmeldung bitte schriftlich

Veranstaltungsort

Haus Maria Lindenberg

Lindenbergstr. 25

79271 St. Peter i. Schw.

Tel.: 07661/ 9300-0

Fax: 07661/ 9300-33

E-Mail: info@haus-maria-lindenberg.de

www.haus-maria-lindenberg.de

Bild: privat

Layout: José R. González,

Erzbischöfliches Seelsorgeamt Freiburg

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zu der Veranstaltung „Wandern und Singen“ 27.–31. August 2017 verbindlich an:

Name, Vorname

Straße

PLZ, Wohnort

Telefon/Fax

E-Mail

Ich wünsche ein

Einzelzimmer

Doppelzimmer mit

Name, Vorname (falls bekannt)

Ich möchte

vegetarisch essen

Datum

Unterschrift

Anmeldung bitte schriftlich

