

Jahresprogramm 2025

Jahreskreisfeste als Impulsgeber

Wir (Sandra Amann und ich) feiern die acht Jahreskreisfeste an folgenden Terminen - jeweils um 14.00 Uhr in Dornbirn oder in Schönenbach

Frühlings- Tagundnachtgleiche am Freitag 21.3.2025

Beltane am Freitag 25.4.2025

Sommersonnwende am Freitag 20.6.2025

Schnitterfest am Freitag 1.8.2025

Herbst- Tagundnachtgleiche am Dienstag 23.9.2025

Allerheiligen am Freitag 31.10.2025

Wintersonnwende am Freitag 19.12.2025

Preis pro Nachmittag € 48,00

Die Nachmittage können einzeln besucht werden.

Brotbackkurs mit Fetz Reinhard

Einfach goats Brot bacho. Reinhard (im ersten Leben Bäcker 😊) zeigt uns an dem Nachmittag wie einfach es sein kann sein eigenes Brot zu backen. Schweizer Ruchbrot, Dinkel-Kornbrot und Weißbrot (Baguette oder Bürli) werden liebevoll von ihm zubereitet und das in einem einfachen Backofen in Schönenbach.

Termin: Freitag 16. Mai 2025

13.30 Uhr- ca. 18.30 Uhr

Energieausgleich: € 45,00 (inkl. Brot zum Mitnehmen)

Heilsamer Frauentag für 40+

Alexandra Fink und ich widmen uns dem Thema

Hormonelle Umstellungen. Eigene Kraft und Mitte finden. Meditationen für das Einssein. Frau sein. Annehmen von der Stoffwechselveränderung im Körper. Kräuter für die Frauenheilkunde und Strömen begleiten uns durch den Tag.

Termin: Donnerstag 22. Mai 2025

9.00 Uhr- ca 17.00 Uhr

Energieausgleich: € 99,00 inkl. Verpflegung

Yin Yoga für den Rücken in Begleitung mit Heilkräutern

Mit Ines Wahl (haende-werk.at)

Yin Yoga sind sehr regenerierende und ruhig- meditative Übungen. Durch die lang gehaltenen Positionen und bewusster Entspannung können körperliche und emotionale Heilungsprozesse positiv unterstützt werden. Für den Yang Ausgleich binden wir ein Räucherbündel (Stick) das zu Hause für Rituale und Räucherungen von Räumen Verwendung findet.

Termin: Mittwoch 4. Juni 2025 13.30 Uhr bis ca 17.00 Uhr

Energieausgleich: € 49,00 incl. Jause

Waldbaden- Auszeit in der Natur- Thema Weiblichkeit

Zusammen mit der Expertin für Waldbaden Felder Heidi www.auszeit-waldbaden.at , genießen wir die Natur. Zum Thema Weiblichkeit gibt es angeleitete Übungen und Meditation um im Wald in der Natur in deine Kraft und inneren Ruhe zu finden, dir von deinem Alltag eine kleine Auszeit zu gönnen. Dabei werden wir ein paar Frauenkräuter kennenlernen und aus ihnen ein feines Elixier zubereiten.

Termin: Mittwoch 25. Juni 2025 13.00 Uhr bis ca. 17.00 Uhr

Energieausgleich € 49,00 incl. Jause

Vollmond- Feuerzeremonie

Die weibliche Kraft leben. Welche Kraft nähre ich in mir ?

An diesem Vollmondnachmittag machen Hildegard und Ich (Marlies) ein Ritual nach der Tradition der Mayas. Wer sich angesprochen fühlt ist herzlich Willkommen.

Termin: Donnerstag 10. Juli 2025 14.00 Uhr bis ca 17.00 Uhr

Energieausgleich: € 49,00 incl. Jause

Yin Yoga für Schulter und Nacken in Begleitung mit Heil-Kräutern.

Yin Yoga sind sehr regenerierende und ruhig- meditative Übungen. Durch die lang gehaltenen Positionen und bewusster Entspannung können körperliche und emotionale Heilungsprozesse positiv unterstützt werden. Für den Yang Ausgleich sorgt ein Spaziergang in der Natur mit Heilkräuterwissen, speziell Bitterkräuter und Wurzelkraft.

Termin: Freitag 5. September 2025 9.00 Uhr- ca. 17.00 Uhr

Energieausgleich: € 99,00 incl. Mittagessen und Jause

Räuchern in der dunklen Jahreszeit

Mit Carmen Gmeiner und mir werden wir an diesem Nachmittag über den Jahreskreis und ganz besonders über Herbst Tag-und Nacht-Gleiche, Allerheiligen und die Wintersonnwende sprechen. Der Glaube und die Tradition der alten und neuen Kulturen bedeutet , sich erinnern“, „ um Schutz und Segen bitten“, „ besonderes Dufterlebnis“ und „Begleitung in vielen Lebensphasen“. heute noch. Ihr lernt „Waldweihrauch“ kennen und Räuchern mit einfachen Hilfsmitteln für zu Haus.

Termin: Freitag. 3 Oktober 2025 14.00 Uhr-ca. 17.00 Uhr

Wertschätzungsbeitrag: € 48,00

Für jeden Kurs Anmeldung bei Marlies Dünser

Telefon 0664 9282279 oder

m.duenser@wood-gd.com