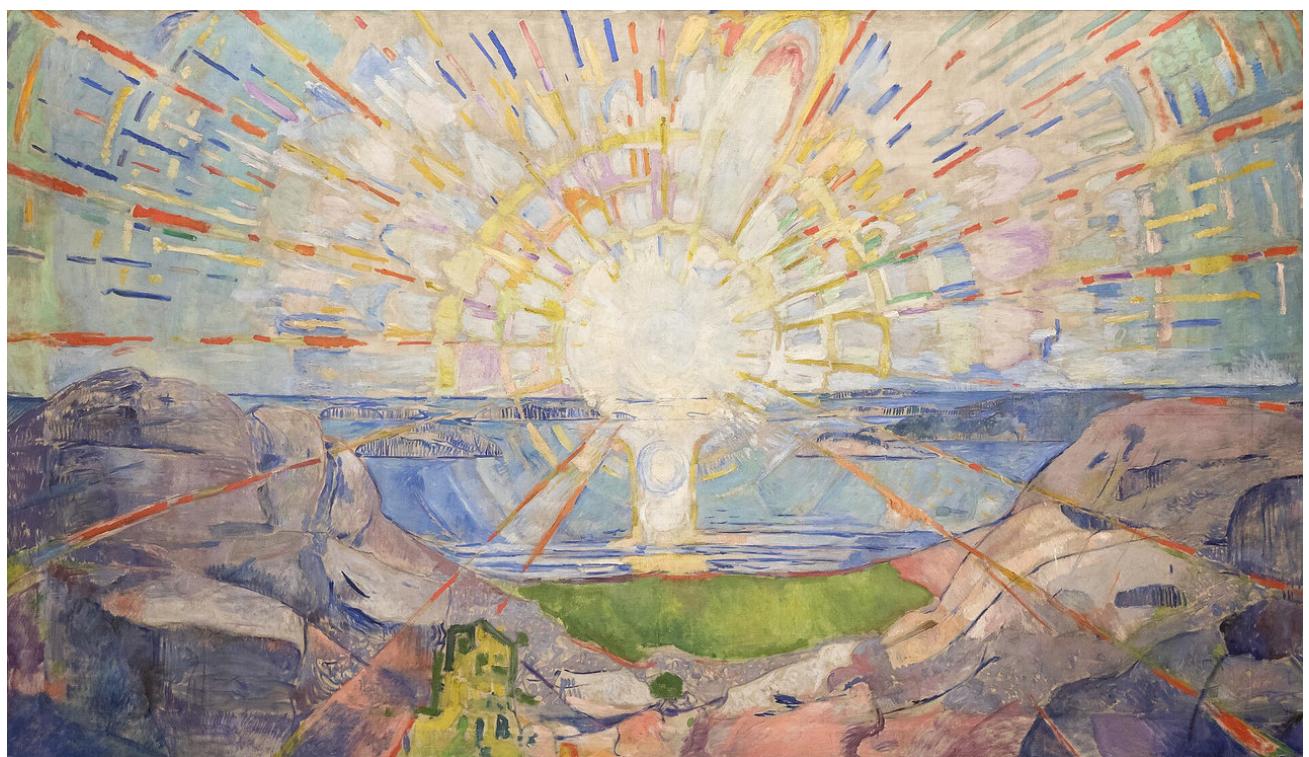


Newsletter N°5

Frei-Raum Kunst und Leben



Reiselied

Sonne, leuchte mir ins Herz hinein,
Wind, verweh mir Sorgen und Beschwerden!
Tiefere Wonne weiß ich nicht auf Erden,
Als im Weiten unterwegs zu sein.

Nach der Ebene nehm ich meinen Lauf,
Sonne soll mich sengen, Meer mich kühlen;
Unsrer Erde Leben mitzufühlen,
Tu ich alle Sinne festlich auf.

Und so soll mir jeder neue Tag
Neue Freunde, neue Brüder weisen,
Bis ich leidlos alle Kräfte preisen,
Aller Sterne Gast und Freund sein mag.

Hermann Hesse

Liebe Interessierte und Freund*innen des Frei-Raums Kunst und Leben,

bald begibt sich der Frei-Raum in seinen Sommerschlaf.

Von was er wohl träumen wird?

Was hat der Frei-Raum alles erlebt mit den Menschen, die übers Jahr ein- und ausgegangen sind?

Was wurde gelebt und bewegt, wie gearbeitet und berührt, auf welche Weise gesprochen, geschwiegen, gesungen, getanzt und gestaltet?

Was haben die Menschen dort erlebt?

Was ist Dir, was ist Euch begegnet im Frei-Raum?

Schwingen noch Begegnungen, Erfahrungen, Verflechtungen, Erkenntnisse oder Fragen in Euch nach?

Was für Klänge und Farben verbindet Ihr mit dem Frei-Raum?

Wir schauen erfüllt und auch ein wenig erschöpft zurück auf ein erstes Jahr, in dem wir unter dem Motto “Segelsetzen“ als Vorstand neue Fahrt aufgenommen haben. Nun ankern wir an der Sommerpauseninsel, nicht ohne noch einen Blick auf den Herbsthorizont zu wagen:

Der Frei-Raum Garten ruft!

Die Frage nach Gestaltung und Pflege des Gartens, der dem Frei-Raum umgibt, beschäftigt uns schon länger. Nun weht mit Maike und Briska frischer Wind ums Haus, und wir haben Lust bekommen, mit verschiedenen konkreten, kleineren Aktionen die Arbeit im Außenbereich zu beginnen. Habt Ihr Lust mitzumachen?

Wir laden ein zum Gartentag im Frei-Raum am Samstag, 25.Oktober von 10-18 Uhr.

Gemeinsam in Beeten buddeln, Hochbeet umsiedeln, Sträucher pflegen, Plätze erschließen und verschönern,...

...und natürlich zusammen Pause machen und schmausen, vielleicht den Tag am Abend mit Feuerschale und Singen abrunden...

Also merkt Euch gerne den Termin vor. Einladung im Herbst folgt.

Bei den regelmäßigen Wochenbelegungen und offenen Angeboten gibt es Änderungen!

Neu ist ab Mitte September die Kinder-Kunstwerkstatt im Frei-Raum:

Dominik Größle, freischaffender Künstler und langjähriger Kunstlehrer in der freien Schule Elztal in Kollnau wird ab Mitte September Dienstag nachmittags den Frei-Raum für Kinder von 6-12 Jahren zum künstlerischen Schaffen öffnen. Wir freuen uns sehr darüber und sind gespannt, was damit für ein neues Leben an den Dienstagen im Frei-Raum pulsieren wird.

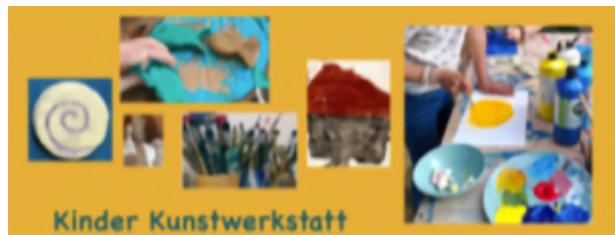
Die Kinderkurse „Bewegung spielend erforschen“ mir Beate Gärtner finden ab Ende September mittwochs und donnerstags nachmittags anstatt montags statt.

Maike Buhrow, die im Juli einen inspirierenden Workshop zu Atem und Stimme im Frei-Raum gegeben hat, wird von September an monatlich an einem Dienstag Abend eine Gruppe zu Ihrer Arbeit anbieten.

Passend dazu findet am Wochenende vom 19.-21. September ein Wochenendseminar mit Renate Schulze-Schindler (Berlin) statt: Natural Voice – Atemtypische Dynamik in der Stimme.

Alle Angebote und entsprechenden Informationen findet Ihr unten aufgelistet in einer Übersicht.

Nun wünschen wir Euch einen wunderbaren Sommer und freuen uns auf Euch im Herbst, Beate Gärtner, Jonathan Noël und Jonathan Hoenninger



*"der Mensch ist nur da ganz Mensch, Wo er spielt"
Friedrich Schiller*

Angebote und Veranstaltungen Herbst 2025

Alle Angebote und entsprechenden Informationen findet Ihr unten aufgelistet in einer Übersicht.

Offene Angebote

Laufende offene Veranstaltungen / Kurse wöchentlich / monatlich:

Dienstag

- Offenes Malatelier mit Beatriz Rubio, 10-12 Uhr, wöchentlich, Richtsatz 15€

Leitung, Information und Anmeldung: Beatriz Rubio, 0761 4019205,

Mail: beatriz-rubio@posteo.de

- Kinder Kunstwerkstatt mit Dominik Größle oder Sarah Ruh für Kinder von 6 -12 Jahren, dienstags, 15 Uhr und 16.30 (keine Kurse in den Ferienzeiten)

Wahrnehmungsentwicklung durch künstlerisches Spielen, Arbeiten und Forschen mit unterschiedlichen Materialien: Ton, Farbe, Gips, Speckstein, Alabaster, Holz, Wachs, Fundstücke,...

Kosten: 55€ monatlich und 15€ Materialgeld.

Kursleitung, Anmeldung und Information:

Dominik Größle und Sarah Ruh: 07682/9264874 oder 0176 34983321

- Monatliche Trauergruppe "Dem Eindruck einen Ausdruck geben" am Dienstagabend 19-21.30

Uhr für frühverwaiste Eltern.

Leitung, Information und Anmeldung:

Karin Stöcklin, 0157-75825708, Mail: karinja@gmx.at

- Gruppe „Atem und Stimme“ mit Maike Buhrow (Musikerin und Heilpraktikerin) am Dienstagabend, jeweils 19h – 21.30h im Frei-Raum, Termine: 30.9./21.10.

Eingeladen sind alle, die schon mal einen Workshop besucht haben oder zu einer Stunde bei mir waren, die Lust haben, ihren persönlichen Atemrhythmus immer wieder neu zu erfahren und zu vertiefen.

Wir werden an jedem Abend neben der Grundatemübung und kleinen Stimm-Massagen ein Gelenk unseres Körpers in den Fokus stellen und schauen, wie sich dort der Energiefloss und die Bewegungsfreude durch spielerische Übungen und den Gebrauch unserer Stimme wecken lässt. Außerdem werden wir gemeinsam singen und Spielraum haben für aktuelle Wünsche und Bedürfnisse.

Beitrag: Richtwert 25,- Euro (incl. Spende an den Raum)

Anmeldung: maikebuhrow@gmx.de

Mittwoch und Donnerstag

- "Bewegung spielend erforschen" für Kinder ab 4 Jahren
(Gruppen- und Einzelarbeit, auch für Schulkinder)

Donnerstag

- "Bewegung aus der Stille" für Erwachsene (donnerstags, 14-tägig, 10-12.30)

Wie können wir Anschluss bekommen an die Weisheit, die in unserem Organismus wirkt?

Können wir lauschend und wach werden für die Natur unserer Bewegungen und für die Gesetzmäßigkeiten, die in und auf unseren Organismus wirken? Gibt es einen Zusammenhang zwischen Ruhe und Lebendigkeit? Was hat Stille mit Bewegung zu tun?

Mit einfachen Versuchen im Liegen, Sitzen, Stehen und Gehen nehmen wir unsere Bewegungen "unter die Lupe" und versuchen, die komplexen Zusammenhänge in unserem Organismus zu erforschen. Indem wir still und lauschend werden, können wir ungünstige und störende Bewegungs- und Verhaltensmuster wahrnehmen und ihrer bewusst werden. Auf diesem Wege erfahren wir etwas von dem wunderbaren und komplexen Zusammenspiel in unserem Körper und schaffen Voraussetzungen für grundlegende Veränderungen.

Bei Interesse an der Arbeit lest unter www.beategaertner.de oder meldet Euch direkt bei Beate Gärtner per Mail: bewegung-spielend-erforschen@posteo.de

- Offene Gestaltzeit am Abend, 14-tägig von 19-21.30 Uhr
wechselnde Leitung und Themen, mit Anmeldung oder spontan:
Information: www.gestaltzeit.de, Mail: gestaltzeit@posteo.de

Einzelveranstaltungen:

Natural Voice – Atemtypische Dynamik in der Stimme

Wochenendseminar mit Renate Schulze-Schindler (Berlin) 19.-21.9.2025

„Der Atemrhythmus weist den Weg. Er trägt uns in die ungezähmte Ursprünglichkeit und Schönheit der eigenen Stimme.“

Für SängerInnen, SchauspielerInnen, RednerInnen und alle Menschen, die ihre Stimme lieben oder schon immer mal singen wollten!

Mehr Infos unter www.sonne-mond-und-stimme.de

Zeiten:

Freitag, 19.9.: 19h – max.22h

Samstag, 20.9.: 10h – ca. 20h (2 Stunden Mittagspause)

Sonntag, 21.9.: 10h – max. 18h

Kosten:

280,- Euro (Ermäßigung auf Anfrage)

Anmeldung: maikebuhrrow@gmx.de

Gartentag im und um den Frei-Raum herum

am Samstag, 25.Oktober von 10-18 Uhr

Eingeladen sind alle, die Lust am gemeinsamen Schaffen und Gestalten haben.

Am Abend lassen wir's im Frischbeackerten nach Lust und Laune gemütlich ausklingen, vielleicht mit Feuerschale und Gesang.

Meldet Euch zur besseren Planung gerne an unter

kunst-und-leben@posteo.de

Wir freuen uns in jedem Fall auf Euch!

Kontakt aufnehmen

Mehr entdecken

Diese E-Mail wurde mit Wix erstellt. Mehr entdecken