

PROGRAMM

- 09.30 Uhr Geführte Meditation:
Energy Shift Meditation**
Heiko Füssel
- 10.45 Uhr Workshop: Einführung Energy Balancing**
„Balance your body and energy“
Andreas Horn
- 11.30 Uhr Vortrag: Persönliche, transgenerationale
und kollektive Traumata**
Wolfgang Schaub-Niederdraeing
- 12.30 Uhr Pause**
- 13.30 Uhr Sanfte Bewegung mit Nicole**
Nicole Adrian
- 14.15 Uhr Vortrag: Unsere Persönlichkeitsanteile
und deren Dynamiken**
Heiko Füssel
- 16.00 Uhr Vortrag: Das weise und heilende Herz**
Wolfgang Schaub-Niederdraeing
- 18.00 Uhr Abschluß**

Zu Gast im KuTa Kultur- und Tagungshaus Rauenthal

Verein zur Förderung von Kommunikation,
Kultur und Bildung e.V.
Hauptstraße 6
65345 Eltville-Rauenthal

FESTIVAL für Körper, Geist und Seele

Ein Tag mit ganzheitlichen Vorträgen
zum Thema „Innere Arbeit“, die Körper,
Geist und Seele berühren



Samstag 13.06.2026 von
9.30 Uhr bis 18.00 Uhr



Energy Shift Meditation

Durch Atem, Vorstellungskraft und Präsenz mit deinem Energiekörper hebt sich deine Energie. So strahlst du andere Frequenzen aus und empfängst neue Dinge in deinem Leben. Gleichzeitig ehren wir die bestehenden Muster, Verletzungen und Traumen durch Präsenz und beobachten, damit die Veränderungen auch dauerhaft sind.

Vortrag: Unsere Persönlichkeitsanteile und deren Dynamiken

Unsere Persönlichkeit besteht aus vielen Anteilen. Diese laufen wie Programme bewußt und unbewußt in unserem Daseinssystem. Mit dem Voice Dialogue können wir diese „Stimmen“ in uns besser kennen und verstehen lernen. So entsteht mehr Integration und wir begegnen den Herausforderungen des Lebens bewusster und freier.

Heiko Füssel

Ich beschäftige mich seit über 25 Jahren intensiv mit der inneren Welt. Meine Methoden: Essence Training, Reiki, Meditation, Voice Dialogue uvm. Meine Philosophie:

„Lebe deine Träume und teile sie mit anderen, damit sie daraufhin Inspiration für ihre eigenen Träume erfahren“.

www.livemeditationprogram.com

Workshop: Einführung Energy Balancing

Bekomme einen Blick dafür, was es mit der Welt der Energie um dich herum auf sich hat, wie sie dich beeinflusst und wie deine eigenen Kräfte und Energien aktiv sind. Wir befassen uns mit der feinstofflichen Energie des Körpers.

Andreas Horn

Als Essence Trainer, Energy-Balancing Trainer, Meditationslehrer und Coach habe ich 20 Jahre Erfahrung in der Begleitung und Entwicklung von Menschen. Meine Leidenschaft gilt der Förderung von Bewusstsein

und persönlichem Wachstum.

www.andreashorn-coaching.de

Vortrag: Das weise und heilende Herz

In der Medizin wird das Herz seit Beginn der vorindustriellen Revolution weitestgehend auf seine mechanischen Funktionen reduziert. Dabei stellt das Herz seit Anbeginn menschlicher Entwicklung das Zentrum für Liebe, Mitgefühl, Großzügigkeit, Weisheit und Heilung dar.

Vortrag: Persönliche, transgenerationale und kollektive Traumata

Erfahre mehr über eine der am meisten ignorierten, verleugneten, missverstandenen und unbehandelten Ursachen menschlichen Leidens.

Wolfgang Schaub-Niederdraeing

Ich bin Diplom-Sportwissenschaftler und eine Mischung aus Spiritualität, Tiefgang und Humor und liebe es, Menschen wieder mit sich und ihrem Wesenskern in Kontakt zu bringen.

www.kinesiologie-am-park.de

Sanfte Bewegung mit Nicole

Wir nehmen uns Zeit, durch sanfte Bewegungen mit unserem Körper in Verbindung zu gehen. Wir gehen ins Spüren, nehmen uns wahr, wie wir sind und kommen wieder mehr bei uns selbst an.

Nicole Adrian

Mit meiner Arbeit (Yoga, Massage und Meditation), unterstütze ich meine Klient:innen dabei, wieder mehr ins Spüren zu kommen. Es ist mir ein Herzensanliegen, Menschen über den Körper mit sich selbst zu verbinden. Über das Ankommen bei sich, wird Frieden möglich. Frieden, mit dem was ist und so wie du bist.

www.nicoleadrian.de