

Programm

Astrid Maria Lechner



**Raum für Kunst,
Entspannung & Entfaltung**

1. Halbjahr 2020



AUF DEN SPUREN DES SILBERS



12 STANDORTE

2 STUNDEN



Heimische Stadtführer (Austria Guides) begleiten durch Gassen und Winkel der Silberstadt, führen zu versteckten Plätzen und machen die Zeit von damals im wahrsten Sinne des Wortes spürbar.

Bei den geführten Stadtrundgängen können ausgewählte Stationen, der insgesamt 12 Standorte, in ca. 2 Stunden besichtigt werden. Das Highlight des Rundganges bildet die Besichtigung des Dachstuhles der Pfarrkirche Maria Himmelfahrt.

Kostenlose Stadtführungen in Deutsch von 04.06. bis 17.09.2020 (jeden Donnerstag) um 15:00 Uhr. Treffpunkt ist am Busterminal beim Einkaufszentrum Stadtgalerien (Wopfnerstraße / POST). Die Führung ist speziell für Familien und Einzelpersonen. Keine Anmeldung erforderlich.

Speziell für Gruppen (Busreisen, usw.) sind kostenpflichtige Führungen beim Stadtmarketing Schwarzach in D / E / I / F buchbar. Kontaktdaten Buchungen: T +43(0)5242 / 6960-101 oder info@SZentrum.at.

IN SCHWAZACH IST WAS LOS.

Messen, Kinderveranstaltungen, Feste und vieles mehr wird geboten, da ist bestimmt für jeden Geschmack etwas dabei. Damit Sie sich schon auf 2020 einstimmen können, finden Sie hier einen kleinen Überblick:

03.04. + 04.04.	Schwazer Osterwelt & Handwerksmarkt
04.04.	Kinderkoffermarkt
08.05.	Abendshopping & Handwerksmarkt
20.06.	Karriere Open Air
26.06. + 27.06.	Schwazer Weinfest
11.07.	Schwazer Dorffest
01.08.	Schwazer Stadtfest



Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Der **Raum für Kunst, Entspannung & Entfaltung** liegt mitten im Herzen der historischen Innenstadt von Schwarzach und besticht durch das einzigartige Ambiente im Altbau-Charme.

Dieser Raum ist nicht nur mein persönliches Atelier und Refugium als freischaffende Künstlerin und Kunsttherapeutin, sondern auch eine **offene Einladung an alle Menschen**, die ihre Kenntnisse und Erfahrungen weitergeben möchten oder an Personen, die ein ansprechendes Angebot zur Weiterentwicklung und Entfaltung suchen.

Der Name steht nicht nur für den „äußeren Raum“, um sich darin wohl und geborgen zu fühlen, sondern soll den Leuten die Möglichkeit bieten, mit den vielfältigen Angeboten einen „inneren Raum“ für sich zu entdecken und zu erschließen:
Weg vom Alltagsstress – hin zu mehr Harmonie!



Dieser Raum ist gemeint als ein **Platz der Begegnung**:
Begegnung mit sich selbst, Begegnung mit anderen Menschen, Begegnung mit Farben, Klängen, Kreativität und vielen, interessanten Erfahrungen.

Ich freue mich, dass der Zusammenschluss der nachfolgenden Referent*innen einen Einblick gibt auf das erste Halbjahr 2020 – mit einem interessanten Programm – und ich freue mich schon jetzt auf jede einzelne Begegnung!

Mit herzlich-kreativen Grüßen



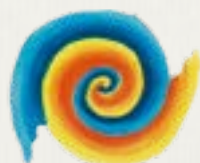
Astrid Maria Lechner

Astrid Maria Lechner

Freischaffende Künstlerin • Dipl. multimediale Kunsttherapeutin
Kreativtrainerin • Atem- und Entspannungstrainerin



Ich sehe es als Geschenk, Menschen ein Stück weit auf Ihren Lebenswegen begleiten zu dürfen. Dabei stelle ich alles, was mich ausmacht, zur Verfügung, um den bestmöglichen Nährboden zur Weiterentwicklung und Entfaltung zu schaffen.
Als Kunsttherapeutin vereine ich, was mich im Leben am meisten fasziniert: Menschen und Farben.



Kontakt:

Astrid Maria Lechner
Franz-Josef-Straße 15
6130 Schwaz
Tel.: +43 (0)699 19 123 777
E-Mail: info@astrid-lechner.at
www.astrid-lechner.at

MALWERKSTATT – MALEN WAS GEFÄLLT

„Learning by doing“: unter professioneller Anleitung sowie mit vielen Tipps in Theorie und Praxis entfaltetst du deine kreativen Talente. Du kannst dich in allen Techniken und mit allen Farben aus meinem Fundus ausprobieren, z.B. Pastellkreide, Acryl, Aquarell, Bleistift und Kohle, Mischtechniken uvm.

Termine:

jeweils Donnerstag von 18:00 bis 20:30 Uhr
23.01. / 05.03. / 02.04. / 08.05. / 04.06. / 02.07.

Kosten: 59,- pro Person/inkl. Farben und Papiere (exkl. Keilrahmen), keine Vorkenntnisse erforderlich!



MAL'S DIR AUS DER SEELE

Erlaube dir, dich einfach fallen zu lassen in Farben, Musik und Entspannung ... du gestaltest ein inneres Bild, eine Momentaufnahme oder ein Gefühl und lernst dich selbst besser kennen. Ein Genuss für Körper, Geist und Seele!
Auch für all jene Menschen geeignet, die NICHT malen können!
Das Erlebnis selbst steht im Vordergrund!

Termine:

jeweils Donnerstag von 18:00 bis 20:30 Uhr
06.02 / 19.03. / 23.04 / 20.05. / 18.06.

Kosten: 55,- pro Person/inkl. aller Materialien

HEILSAME AUSZEIT

Je nach Bedürfnis der Gruppe genießen wir die „Heilsame Auszeit“ mit Meditationen, Atem- und Entspannungsübungen, Stille, Gesprächen, Klängen, Farben, Düften und vielem mehr ...



Termine:

jeweils Dienstag von 19:30 bis 20:30 Uhr
14.01 / 28.01. / 11.02. / 25.02. / 10.03. / 24.03 / 14.04. / 28.04. / 12.05 / 26.05. / 23.06

Kosten: freiwillige Spenden

**Infos und Anmeldung unter der Tel.: +43 (0)699 19 123 777
oder per E-Mail: info@astrid-lechner.at**

ALLTAGSPAUSE FÜR DICH! Tages-Workshop für Frauen und Mütter

Frauen sind die Stützpfeiler der Familien und dadurch auch der gesamten Gesellschaft. Wir Frauen sind täglich gefordert in vielen Rollen des Alltags. Hierbei nicht selbst „unter die Räder zu kommen“ ist eine riesengroße Herausforderung, die es zu meistern gilt.

Der Tag dieser Alltagspause dient dazu, abzuschalten vom Alltagsgeschehen, sich zu entspannen und selbst (wieder) bewusst wahrzunehmen, einzutauchen in ein FRAUSEIN ohne Erwartungen, alltagsfähige Impulse und Übungen zu erfahren und den starken Kreis der WEIBLICHKEIT zu genießen.

Termin:

Samstag, 21.03., von 10:00 bis 17:00 Uhr

Kosten: € 111,- pro Person (inkl. Pausengetränke und Snacks)



SCHAMANISCHE TROMMELABENDE

Eintauchen in die „Anderswelt“ – kraftvolle Bilder und Botschaften erhalten – im Heilkreis stärken – Gemeinschaft erleben

Keine Vorkenntnisse erforderlich, Trommeln vorhanden!
Dauer: ca. 2 Stunden

Termine:

Freitag, 24.01., um 19:30 Uhr NEUMOND-Trommeln

Sonntag, 09.02., um 18:00 Uhr – VOLLMOND-Trommeln

Montag, 08.03., um 19:30 Uhr – VOLLMOND-Trommeln

Mittwoch, 08.04., um 19:30 Uhr – VOLLMOND-Trommeln

Donnerstag, 07.05., um 19:30 Uhr – VOLLMOND-Trommeln

Sonntag, 21.06., um 18:00 Uhr – SOMMER-Sonnenwende

Sonntag, 05.07., um 18:00 Uhr – VOLLMOND-Trommeln

Kosten: € 22,- pro Person



CHAKREN INTENSIV-TAGESSEMINAR

Lerne an diesem Tag die sieben Haupt-Energiezentren zu harmonisieren, die Energieflüsse zu aktivieren und diese Technik im Alltag zu nutzen: für DICH, deine Liebsten oder im Beruf (Energetiker*innen, Masseur*innen etc.).



Inhalte dieses

Intensiv-Tagesseminars:

- Lage und Ausrichtung der sieben Haupt-Energiezentren (= Chakren)
- Zuordnung der Farben, Themen und Organe
- Verantwortung im Umgang mit Menschen, Energien und diesem „Werkzeug“
- energetischer Schutz und Selbstschutz
- Chakren-Harmonisierung mit Pendel und Kristall
- Meditation zum Auftanken / Aufladen von Chakren und Aura
- Mentalübung zum Schutz für den Alltag
- Gestaltung deines persönlichen Chakren-Bildes (keine Malkenntnisse notwendig!)
- Intensivierung der Energieflüsse durch Heilströmen

Im Paket enthalten:

1 Kristallpendel, 7 Chakren-Heilsteine, 1 Reinigungsspray, 1 bis 2 selbst gestaltete Chakren-Bilder, 1 einfaches Mittagessen (Suppe oder Eintopf mit Brot) sowie Pausenverpflegung (Kaffee, Tee, Obst, Knabberien)

Was du bitte selbst noch mitbringst: bequeme Kleidung, Schreibzeug für deine Notizen, evtl. eine tragbare Massage-Liege (nur wenn vorhanden)

Termin:

Samstag, 28.03., von 10:00 bis 18:00 Uhr

Kosten: € 242,- pro Person

Referent*innen: Astrid Maria Lechner und Alexander Rogger

**Infos und Anmeldung unter der Tel.: +43 (0)699 19 123 777
oder per E-Mail: info@astrid-lechner.at**

**Infos und Anmeldung unter der Tel.: +43 (0)699 19 123 777
oder per E-Mail: info@astrid-lechner.at**

Alexander Rogger

**Humanenergetik • Japanisches Heilströmen • Aromatouch® Technique
Grafische Ideengestaltung**



Alles ist miteinander verbunden und jede Berührung verbindet uns.
Lass dich von mir berühren und entdecke die Kraft, die in uns steckt!



ALEXANDER ROGGER

Kontakt:

Alexander Rogger

9900 Lienz / 6130 Schwaz

Tel.: +43 (0)664 7510 3790

E-Mail: info@rogger.at

www.rogger.at

JAPANISCHES HEILSTRÖMEN

Diese jahrtausendealte, fernöstliche Technik erfolgt ohne Hilfsmittel – nur mit den Händen – am bekleideten Körper. Durch das Strömen bestimmter Energiepunkte werden Blockaden gelöst, die körpereigenen Energieströme in Fluss gebracht und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Heilströmen unterstützt die Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele.



Termine nach Vereinbarung

Kosten: € 69,- pro Behandlung, Dauer ca. 60-90 Minuten

AROMATOUCH® TECHNIQUE

Bei der AromaTouch® Technique werden acht ausgewählte ätherische Öle von doTERRA® in einer ganz bestimmten Abfolge auf Rücken und Fußsohlen aufgetragen. Die sanften Berührungen in Kombination mit der tief greifenden Wirkung der therapeutischen Öle tragen dazu bei, in die innere Balance zu kommen.

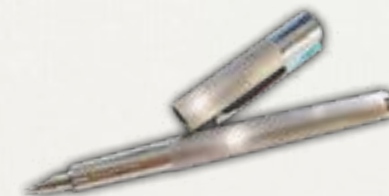


Termine nach Vereinbarung

Kosten: € 69,- pro Behandlung, Dauer ca. 60 Minuten

GRAFISCHE IDEENGESTALTUNG

Als ausgebildeter Grafiker habe ich mich auf die Gestaltung von Printmedien spezialisiert. Dabei ist mir ein persönliches Kennenlernen bei einem kostenlosen Erstgespräch sehr wichtig. Mein Angebot umfasst: Logodesign, Visitenkarten, Plakate, Flyer, Einladungen, Satzarbeit, Magazine, Bücher ... Zusätzlich biete ich gerne mein Fachwissen für Beratung und Hilfestellung bei grafischen Arbeiten, Bildbearbeitung und Druckabwicklung an.



**Ich freue mich auf ein persönliches Kennenlernen!
Termine in Lienz und Schwaz unter der Tel.: +43 (0)664 7510 3790**

Sophia Winkler

**Dipl. Lebens- und Sozialberaterin • Masseurin
Schamanisch Praktizierende**



Als Trainerin, Masseurin und schamanisch Praktizierende habe ich es mir zum Ziel gesetzt, meine Klient*innen in Einklang mit Körper, Geist und Seele zu bringen.



Kontakt:

Sophia Winkler

Praxis: Gallzeiner Weg 1

6130 Schwaz

Tel.: +43 (0)699 119 60 125

E-Mail: winklersophia@gmx.at

KRAFTTIERSEMINAR

Lerne dein inneres Krafttier kennen und entdecke die Möglichkeiten zur Selbsthilfe und Stärkung im Alltag.

Termine:

Montag, 03.02., von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

Donnerstag, 26.03., von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

Dienstag, 16.06., von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

Kosten: € 35,- pro Person

Keine Vorkenntnisse erforderlich!



FINDE DEINEN GEISTFÜHRER / DEINE GEISTFÜHRERIN

Lerne deinen Geistführer / deine Geistführerin kennen, spüre diese Energie und fühle dich getragen ...

Termin:

Donnerstag, 16.04., von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

Kosten: € 35,- pro Person

Voraussetzung: absolviertes Krafttierseminar

SYSTEMISCHES AUFSTELLUNGSSEMINAR

Bei diesem Tagesseminar werden Themen sichtbar gemacht und lösungsorientierte Perspektiven ausgearbeitet!

Termine:

Samstag, 23.05. von 10:00 bis ca. 18:00 Uhr

Samstag, 27.06. von 10:00 bis ca. 18:00 Uhr

Kosten:

Aufsteller: € 110,- pro Person

Darsteller: € 30,- pro Person



Infos und Anmeldungen telefonisch oder per E-Mail unter den angegebenen Kontaktdaten.

Michela Föger

**Manoo-Energetik • Lachyoga • Entspannungstraining
Zweipunkt-Methode**



Dankbarkeit und Lebensfreude sind die Stützpfeiler, die mich tragen. Ich habe Höhen und Tiefen im Leben kennen gelernt – dabei meinen Humor zu bewahren, war ein großes Geschenk, welches ich an die Menschen weiter geben möchte.



Kontakt:

Michela Föger

Arzberg · 6130 Schwaz

Tel.: +43 (0)680 240 9781

E-Mail: michela.foeger@hotmail.com

LACHYOGA

Lachyoga hat wenig mit Yoga aber viel mit Lachen zu tun! Lachyoga verhilft zu einer positiven Ausstrahlung, zu mehr Lebensfreude und zu einem leichteren, freieren Leben. Es fördert den Abbau von Druck und Stress. Lachyoga stellt die Verbindung zum eigenen Körper wieder her, stärkt das Immunsystem und beugt Herz- und Kreislauferkrankungen vor.

Lachen ist gesund und vor allem: ES MACHT SPASS!



Termine:

jeden ersten Mittwoch im Monat von 19:00 bis ca. 20:00 Uhr
08.01. / 05.02. / 04.03. / 01.04. / 06.05. / 03.06. / 01.07.

Kosten: € 15,- pro Person

HO'OPONOPONO

Ho'oponopono ist das Hawaiianische Vergebungsritual, das effektiv Probleme und Blockaden löst sowie andere Sichtweisen aufzeigt. Es ermöglicht eine geistige Reinigung und befreit von Schuldgefühlen, die oft das körperliche Wohlbefinden stören. Ho'oponopono fördert das Loslassen von Stress, Ärger und Unverständnis.

Termin:

Samstag, 07.03., von 09:00 bis ca. 17:00 Uhr

Kosten: € 90,- pro Person



ZWEIPUNKT-METHODE

Oft suchen wir verzweifelt nach sogenannten „Wundermitteln“. Aber was wäre, wenn du dir selbst helfen und zu deinem Wohlbefinden beitragen könntest? Ich zeige dir in diesem Seminar, wie dies einfach und effektiv gelingen kann. Die Zweipunkt-Methode ist eine Technik, um die Selbstheilungskräfte im eigenen Körper ohne fremde Hilfe zu aktivieren.

Termin:

Samstag, 16.05., von 09:00 bis ca. 17:00 Uhr

Kosten: € 90,- pro Person

Infos und Anmeldungen telefonisch oder per E-Mail unter den angegebenen Kontaktdaten.

ÜBERSICHT TERMINE 1. HALBJAHR 2020

DATUM	UHRZEIT	VERANSTALTUNG	REFERENT*IN
08.01.	19:00 - 20:00	LACHYOGA	M. Föger
14.01.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
23.01.	18:00 - 20:30	MAL-WERKSTATT	A. M. Lechner
24.01.	19:30 - 21:30	SCHAMANISCHER TROMMELABEND	A. M. Lechner
28.01.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
03.02.	18:00 - 22:00	KRAFTTIERSEMINAR	S. Winkler
04.02.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK - Schnupperabend	S. Jolly Hager
05.02.	19:00 - 20:00	LACHYOGA	M. Föger
06.02.	18:00 - 20:30	MAL'S DIR AUS DER SEELE!	A. M. Lechner
09.02.	18:00 - 20:00	SCHAMANISCHER TROMMELABEND	A. M. Lechner
11.02.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
14.02.	19:30 - 21:30	ES DARF LEICHT SEIN! - Vortrag	I. Klausner
15.02.	13:00 - 18:00	ES DARF LEICHT SEIN! - Workshop	I. Klausner
18.02.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
19.02.	18:30 - 21:00	LANDSCHAFTSMALEREI MIT PASTELLKREIDE	A. M. Lechner *
25.02.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
29.02.	09:00 - 17:00	EMOTIONALE BALANCE	S. Heel
03.03.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
04.03.	19:00 - 20:00	LACHYOGA	M. Föger
05.03.	18:00 - 20:30	MAL-WERKSTATT	A. M. Lechner
07.03.	09:00 - 17:00	HO'OPONOPONO	M. Föger
08.03.	19:30 - 21:30	SCHAMANISCHER TROMMELABEND	A. M. Lechner
10.03.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
14.03.	09:00 - 17:00	MEINE BESTE ZUKUNFT	S. Heel
17.03.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
19.03.	18:00 - 20:30	MAL'S DIR AUS DER SEELE!	A. M. Lechner
21.03.	10:00 - 17:00	ALLTAGSPAUSE FÜR DICH	A. M. Lechner
23.03.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK - Schnupperabend	S.M. Jolly Hager
24.03.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
26.03.	18:00 - 22:00	KRAFTTIERSEMINAR	S. Winkler
28.03.	10:00 - 18:00	CHAKREN Intensiv-Tagesseminar	Lechner/Rogger
31.03.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
01.04.	19:00 - 20:00	LACHYOGA	M. Föger
02.04.	18:00 - 20:30	MAL-WERKSTATT	A. M. Lechner
03.04.	19:30 - 21.30	ES DARF LEICHT SEIN! - Vortrag	I. Klausner
04.04.	13:00 - 18:00	ES DARF LEICHT SEIN! - Workshop	I. Klausner

08.04.	19:30 - 21:30	SCHAMANISCHER TROMMELABEND	A. M. Lechner
14.04.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
16.04.	18:00 - 22:00	FINDE DEINE(N) GEISTFÜHRER / GEISTFÜHRERIN	S. Winkler
21.04.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
23.04.	18:00 - 20:30	MAL'S DIR AUS DER SEELE!	A. M. Lechner
25.04.	10:00 - 12:00	AROMA-ÖL WORKSHOP	M. Thanner
28.04.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
01.05.	19:30	KONZERT	C. A. Várkonyi
02.05.	13:00 - 18.00	HANDPAN-WORKSHOP	C. A. Várkonyi
03.05.	11:00 - 12:00	SOUND-HEALING	C. A. Várkonyi
05.05.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
06.05.	19:00 - 20:00	LACHYOGA	M. Föger
07.05.	19:30 - 21:30	SCHAMANISCHER TROMMELABEND	A. M. Lechner
08.05.	18:00 - 20:30	MAL-WERKSTATT	A. M. Lechner
09.05.	10:00 - 12:00	AROMA-ÖL WORKSHOP	M. Thanner
09.05.	13:00 - 19:00	DEIN INNERES KIND	I. Klausner
12.05.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
13.05.	18:30 - 21:00	DIE KUNST DER FARBENWAHL	A. M. Lechner *
16.05.	09:00 - 17:00	ZWEIPUNKT-METHODE	M. Föger
19.05.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
20.05.	18:00 - 20:30	MAL'S DIR AUS DER SEELE!	A. M. Lechner
23.05.	10:00 - 18:00	SYSTEMISCHES AUFSTELLUNGSSEMINAR	S. Winkler
26.05.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
03.06.	19:00 - 20:00	LACHYOGA	M. Föger
04.06.	18:00 - 20:30	MAL-WERKSTATT	A. M. Lechner
05.06.	19:00 - 22:00	FRAUEN(T)RAUM	I. Klausner
09.06.	19:00 - 20:30	EVOLUTIONSPÄDAGOGIK	S. Jolly Hager
10.06.	18:30 - 21:00	KLATSCH-BILDER	A. M. Lechner *
16.06.	18:00 - 22:00	KRAFTTIERSEMINAR	S. Winkler
18.06.	18:00 - 20:30	MAL'S DIR AUS DER SEELE!	A. M. Lechner
21.06.	18:00 - 20:00	SOMMERSONNENWENDE	A. M. Lechner
23.06.	19:30 - 20:30	HEILSAME AUSZEIT	A. M. Lechner
27.06.	10:00 - 18:00	SYSTEMISCHES AUFSTELLUNGSSEMINAR	S. Winkler
01.07.	19:00 - 20:00	LACHYOGA	M. Föger
02.07.	18:00 - 20:30	MAL-WERKSTATT	A. M. Lechner
05.07.	18:00 - 20:00	SCHAMANISCHER TROMMELABEND	A. M. Lechner

ALEXANDER ROGGER – TERMINE NACH VEREINBARUNG UNTER: +43 (0)664 7510 3790

* Diese Workshops finden im TIROLACK Farbenfachmarkt in der Münchner Straße 50 statt!

Susanne Heel

**Coach nach der Ausbildung von Drs. Joy und Roy Martina
OMEGA HEALING • QUANTEN HYPNOSE • ORACLE COACH**



Meine Leidenschaft ist es, Traumata zu lösen und Menschen auf ihrem Weg zu begleiten, um ein leichtes, freudvolles Leben zu führen.



Kontakt:

Susanne Heel

Klammstraße 6

6250 Kundl

Tel.: +43 (0)664 1330 390

E-Mail: info@susanne-heel.at

www.susanne-heel.at

EMOTIONALE BALANCE (Modul 1)

Wir befinden uns oft in einer Endlosschleife von negativen Gedanken durch Kummer und Sorgen, Schlagzeilen aus den Medien oder vieles mehr. Durch traumatische Erlebnisse, Belastungen im Beruf, Streit, Trennung etc. finden wir oft keinen Ausweg mehr. Wir fühlen uns allein gelassen, wir werden krank oder sind Burnout-gefährdet.

Durch die Technik „emotionale Balance“ sind wir nicht hilflos, sondern können uns hier tagtäglich aus eigener Kraft mit ganz einfachen Übungen selbst helfen. Wir werden dabei glücklicher, gesünder und lernen, wie wir für unsere Herausforderungen in einfacher Art und Weise Lösungen finden können.

Termin:

Samstag, 29.02., von 9:00 bis 17:00 Uhr

MEINE BESTE ZUKUNFT (Modul 2)

Die natürliche Folge daraus, wenn wir mit unseren Emotionen umzugehen wissen, ist, dass wir mehr und mehr in Richtung unserer besten Zukunft kommen und die Signale auf diesem Weg zu deuten wissen. Wie du deine Ziele am schnellsten erreichen kannst, zeige ich dir im 2. Teil unserer Module.

Termin:

Samstag, 14.03., von 9:00 bis 17:00 Uhr

Kosten für beide Module 1+2:

€ 260,- pro Person

Bei Anmeldung bis 30.01. € 230,- pro Person

Pausenverpflegung im Preis inkludiert.



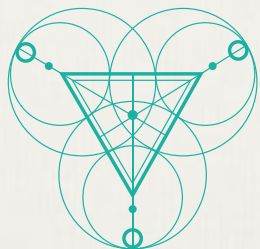
Infos und Anmeldungen telefonisch oder per E-Mail unter den angegebenen Kontaktdaten.

Mariella Thanner

Dipl. Aromafachberaterin



Als Aromafachberaterin helfe ich Menschen, ihr Leben mit ätherischen Ölen zu bereichern.



Kontakt:

Mariella Thanner

Gerlosstraße 25 · 6280 Zell am Ziller

Tel.: +43 (0)664 460 0 914

E-Mail: mariella@mariellarosa.com

www.mariellarosa.com



WIE ÄTHERISCHE ÖLE DEINEN ALLTAG VERBESSERN

In diesem interaktiven Workshop erfährst du Basiswissen über ätherische Öle, ihre sichere Anwendung und hilfreiche Tipps und Tricks für den Alltag (z.B. Stärkung des Immunsystems, Stärkung für emotionale Ausgeglichenheit, besserer Schlaf etc.)

Abschließend kannst du dir Öle, Spray's und Roll-on's je nach Belieben selber zusammensetzen und mit nach Hause nehmen für einen „duften Alltag“.

Keine Vorkenntnisse notwendig!

Termine:

Samstag, 25.04., von 10:00 bis 12:00 Uhr

Samstag, 09.05., von 10:00 bis 12:00 Uhr

Kosten: € 10,- pro Person



Infos und Anmeldungen telefonisch oder per E-Mail unter den angegebenen Kontaktdaten.

Ingrid Klausner

Coach für Rückführungen und Seelen-Schreiben



Ich begleite Menschen dabei, die Wunder-bringenden Möglichkeiten des Bewusstseins und Unterbewusstseins zu erkennen. Es freut mich sehr, dich auf dem Königsweg zu Freiheit, Glück und Seelenfrieden begleiten zu können.



Kontakt:

Ingrid Klausner

Hubertusweg 7, 4565 Inzersdorf

Tel.: +43 (0)699 107 82 507

E-Mail: ingrid.klausner@aon.at

www.ingridklausner.at

Fanpage <https://bit.ly/2RnGffK>

ES DARF LEICHT SEIN!

Im Vortrag erfährst du, wie du deine inneren Kräfte zielsicher einsetzen kannst. Aufbauend zum Vortrag bekommst du im Workshop mit einfachen Übungen einen Eindruck, mit welcher Leichtigkeit es möglich ist, deine angeborene Freude, deinen Mut, deine Stärke und dein Vertrauen wieder zu entdecken.

Termine:

Freitag, 14.02., Vortrag von 19:30 bis 21:30 Uhr

Kosten: € 20,- pro Person*

Samstag, 15.02., Workshop von 13:00 bis 18:00 Uhr

Kosten: € 85,- pro Person

Freitag, 03.04., Vortrag von 19:30 bis ca. 21:30 Uhr

Kosten: € 20,- pro Person*

Samstag, 04.04., Workshop von 13:00 bis 18:00 Uhr

Kosten: € 85,- pro Person

* mit Verlosung einer Gratis-Einzelstunde

DEIN INNERES KIND

Dein inneres Kind ist der größte Schatz in dir. In diesem Workshop erfährst du, wie einfach es ist, zu deinem innersten Wesenskern eine liebevolle Beziehung aufzubauen.

Termine:

Samstag, 09.05., von 13:00 bis 19:00 Uhr

Kosten: € 95,- pro Person

FRAUEN(T)RAUM – DAS PRINZIP DER FÜLLE

Im Jahreskreisfest zelebrieren wir den Sommer mit all seiner Fülle. So nehmen wir uns an diesem Abend Zeit, um in unser Frau-Sein wieder einzutauchen. Wir zeigen uns mit unseren Geschenken und Gaben und sagen „Danke“ für unser Leben.

Termin:

Samstag, 05.06., von 19:00 bis 22:00 Uhr

Kosten: € 40,- pro Person

Infos und Anmeldungen telefonisch oder per E-Mail unter den angegebenen Kontaktdaten.

Sita Jolly-Hager

Evolutionspädagogik • Lernberatung • praktische Pädagogik



Foto: © Zanella-Kux Fotografie

Die Entfaltung unserer Talente führt uns letztendlich zu der Antwort auf die Frage:
„Wer bin ich und was macht mich aus?“



Kontakt:

Mag. Sita Jolly-Hager
Pirchanger 85
6130 Schwaz
Tel.: +43 (0)699 133 333 43
E-Mail: info@lernpraxis-evo.at
www.lernpraxis-evo.at

ACHTSAM ÜBER 7 STUFEN ZUM SELBSTVERTRAUEN

Über das Modell der Evolutionspädagogik wird sichtbar, wie menschliche Erfahrungen und Verhaltensweisen zu analysieren sind und worauf man sie zurückführen kann. Keine Erfahrung wird vergessen – was aus vorgeburtlichen Zeiten und den frühkindlichen Entwicklungsphasen nicht bewusst erinnert werden kann, daran erinnert sich der Körper über die Bewegung.

In den Schnupperabenden kannst du dir ein Bild über die beschriebene Technik machen und bei Interesse einen Basiskurs besuchen, bei welchem wir über gezielte Bewegungsübungen aus der Evolutionspädagogik die Voraussetzungen für ein stärkeres Selbstvertrauen schaffen, was deine Persönlichkeitsstärke wachsen lässt!

Termine:

1. Schnupper-Abend: 04.02., von 19:00 bis 20:30 Uhr

Kosten: € 8,- pro Person

1. Block: 18.02. / 03.03. / 17.03. / 31.03.

jeweils von 19:00 bis 20:30 Uhr

Kosten: € 90,- pro Person

2. Schnupper-Abend: 23.03., von 19:00 bis 20:30 Uhr

Kosten: € 8,- pro Person

2. Block: 21.04. / 05.05. / 19.05. / 09.06.

jeweils von 19:00 bis 20:30 Uhr

Kosten: € 90,- pro Person



Infos und Anmeldungen telefonisch oder per E-Mail unter den angegebenen Kontaktdaten.

Christian Amín Várkonyi

**Klang-Reisender & internationaler Musiker
Gründer von Heartbeat Musik**



Christian Amín Várkonyi zeigt das Herz als Quelle des Ausdrucks. Hüter von Music of the Sun, steht für Glück, Wärme und Zusammenarbeit, spielt eine breite Palette von Instrumenten, singt und schreibt eigene Texte zur Erinnerung der Kraft des Augenblickes, der Gedanken und des gesprochenen Wortes. Er erforscht therapeutische Aspekte von Klang und Musik mit Kristall-Klangschalen, Obertongesang und Stimme, Harfe, Gong, Handpan, Gitarre, Charango oder Flöten und hat bereits eine Vielzahl von Healing-Music-CDs veröffentlicht.

www.radioamin.com

Kontakt:

Infos und Anmeldungen für alle Veranstaltungen:

Silvia Faye

Tel.: +43 (0)664 415 54 82

E-Mail: k8@kreativ8.at

www.kreativ8.at



MUSIC OF THE SUN – KONZERT Dem Klang des Lebens lauschen

Musik ist eine universelle Sprache des Herzens und sie ist in der Lage, die erstaunlichsten Heilwirkungen hervorzubringen. Der Ausnahmekünstler und Herzens-Musiker Christian Amín Várkonyi wird uns an diesem Abend auf eine magische Klangreise mitnehmen und uns in das zeitlose Mysterium der Musik bringen. Ein Abend zum Genießen und Loslassen.

Termin:

Freitag, 01.05., um 19:30 Uhr / Einlass ab 19:00 Uhr / freie Sitzplatzwahl

Kosten: Vorverkauf bis zum 31.03. € 15,- / ab 01.04. € 22,- pro Person

HANDPAN-WORKSHOP

Kennenlernen von einem neuen, intuitiven Instrument und das (Wieder-) Entdecken der eigenen inneren Musikalität: spielerisch ohne Leistungsdruck! Erfahre mehr über dieses Instrument, und tauche ein in deren Welt: Kompositionen, technisches Know-how und neue Rhythmen lernen ...

Keine Vorkenntnisse oder musikalisches Wissen notwendig!

Instrumente ausreichend vorhanden, bei Bedarf auch käuflich erwerbbar.

Termin:

Samstag, 02.05., von 13:00 bis 18:00 Uhr

Kosten: Frühbucherbonus bis zum 31.03. € 98,- pro Person
ab 01.04. € 108,- pro Person

SOUND-HEALING

Beim Sound-Healing werden die von verschiedenen Instrumenten erzeugten Klänge und Vibrationen dazu genutzt, deinen Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Durch die Kraft der Klänge und sanften Vibrationen harmonisieren sich Körper, Geist und Seele. Du liegst oder sitzt entspannt, wie bei einer Meditation und genießt die Reise zu dir selbst.

Termin:

Sonntag, 03.05., von 11:00 bis 12:00 Uhr

Kosten: € 28,- pro Person

Infos und Anmeldungen für alle Veranstaltungen unter den angegebenen Kontaktdaten.

TIROLACK WORKSHOPS



LANDSCHAFTSMALEREI MIT PASTELKREIDEN

Perspektivisch einteilen, anwenden und sich an raschen Ergebnissen freuen!

Termin:

19.02., von 18:30 bis 21:00 Uhr

Kosten: € 45,- pro Person, inkl. Grundset



DIE KUNST DER FARBENWAHL

Farblehren, Farbharmonien und Farbexperimente mit Acrylfarben ...

Termin:

13.05., von 18:30 bis 21:00 Uhr

Kosten: € 30,- pro Person



KLATSCHBILDER

Diese entstehen zufällig, sind spannend, machen Spaß, fördern die Kreativität und machen frei!

Termin:

10. 06., von 18:30 bis 21:00 Uhr

Kosten: € 30,- pro Person

Bei allen Workshops sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

Referentin: Astrid Maria Lechner

Ort: TIROLACK Farbenfachmarkt, Münchner Straße 50

Infos und Anmeldung: Frau Engleitner

Tel.: +43 (0)5242 62 68 10



ALLES, WAS DAS KÜNSTLERHERZ BEGEHRT

finden Sie in Schwaz im...

www.tirolack.at

TIROLACK



ABSTRACT INNOVATIV ACRYLIC

- französisches Know-how: in Bretagne (Saint-Brieuc) designed und hergestellt
- 100 % kadmiumfrei
- sehr wirksame Ersatzstoffe
- sehr gute Intensität des Tons sowie Deck- und Leuchtkraft



FEINE ÖLFARBE RIVE GAUCHE

- 2-mal weniger vergilbende Ölfarbe
- in 144 Farbtönen erhältlich
- zur Herstellung wird Farbdistelöl verwendet
- Ölfarbe MADE IN FRANCE



POSCA STIFTE

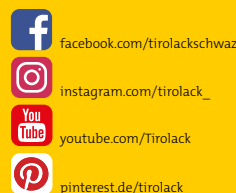
- reich an hochwertigen Farbpigmenten
- einzigartige Zusammensetzung auf Wasserbasis
- deckend, matt, intensiv, lichtecht und geruchslos
- abwischbar von glatten Oberflächen, permanent auf porösen Flächen

Gutschein -15%

AUF DEN KÜNSTLERBEDARF

FARBEN | PINSEL | MALZUBEHÖR | STIFTESETS | ZEICHENBLÖCKE ...

Coupon bitte im Tirolack abgeben. Gültig von 15.1. – 30.6.2020. Ausgenommen sind Bücher und Aktionswaren.



facebook.com/tirolackschwaz

instagram.com/tirolack_

youtube.com/Tirolack

pinterest.de/tirolack

TIROLACK
FARBENFACHMARKT

ADLER
FARBENMEISTER

Münchner Straße 50 · 6130 Schwaz · Tel. 05242 / 62681 · office@tirolack.at · www.tirolack.at
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 8.00 bis 18.00 Uhr und Samstag von 8.00 bis 17.00 Uhr

Astrid Maria Lechner



**Raum für Kunst,
Entspannung & Entfaltung**

Franz-Josef-Straße 15 · 6130 Schwaz

Tel.: +43 (0)699 19 123 777

info@astrid-lechner.at

www.astrid-lechner.at

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt: die jeweiligen Referent*innen
Satz- und Druckfehler vorbehalten, Terminverschiebungen möglich.

Gestaltung, Satz und Druckabwicklung: Alexander Rogger – Grafische Ideengestaltung, info@rogger.at
Fotos: Zanella-Kux Fotografie, pxhere.com, freepik.com, doterra.com, privat