

# Programm

**Astrid Maria Lechner**



**Raum für Kunst,  
Entspannung & Entfaltung**

**HERBST/WINTER  
2021/22**





SILBERSTADT  
schwarz

## SHOPPINGERLEBNIS SCHWAZ



#KAUFINSCHWAZ

**Fashion, Kulinarik und Tradition** - In der charmanten Schwazer Innenstadt verbergen sich Altstadtläden mit Familientradition, Modeboutiquen mit den neuesten Trends, Interiorgeschäfte mit modernen Ideen, Juweliere mit funkelnden Accessoires und vieles mehr. Da ist bestimmt für jeden etwas dabei. Die Geschäfte der Schwazer Altstadt bieten neben einer reichen Auswahl eine gute Beratung sowie einen besonderen Service. Damit das Verweilen in den Sommermonaten zum Genuss wird, sorgen die zahlreichen Restaurants, Cafés und Eisdielen mit ihren schönen Gastgärten mitten in der Altstadt. Feinschmecker und Genießer kommen dort sicherlich auf ihre Kosten.

Einkaufen in der charmanten Schwazer Altstadt ist ein Erlebnis. Eine ausführliche Übersicht aller Geschäfte in der Schwazer Altstadt finden Sie unter [www.kaufinschwaz.at](http://www.kaufinschwaz.at). Dort können Sie auch viele Sommerangebote und diverse Aktionen entdecken.

## EVENT-HIGHLIGHTS IN DER ALTSTADT

Ab Herbst ist das Veranstaltungsprogramm wieder so bunt wie die Farben dieser Jahreszeit. Highlights wie Weihnachten und Silvester runden den Veranstaltungskalender im Winter ab. Damit Sie sich darauf schon einstimmen können, finden Sie hier einen kurzen Überblick:

|                 |                                 |
|-----------------|---------------------------------|
| 11.09.          | Lange Nacht der Musik           |
| 24. & 25.09.    | Tiroler Honigtage               |
| 08.10.          | Abendshopping & Handwerksmarkt  |
| 26.11. – 23.12. | Schwazer Advent am Pfundplatz   |
| 04.12.          | Barbaratag beim Schwazer Advent |
| 30.12.          | Vorsilvesterparty Stadtplatz    |



Liebe Leserin, lieber Leser!

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



Dieser Raum ist ein **Ort der Begegnung** und bietet sowohl den äußeren Rahmen, um dich hier wohl und geborgen zu fühlen, als auch die Möglichkeit, dich deinen eigenen „inneren Räumen“ zu öffnen:

- als Teilnehmer\*in von einem der vielfältigen Angebote, bietet dir dieser Raum einen geschützten Rahmen, um dich fallen zu lassen und zu entfalten
- durch das Öffnen deiner „inneren Räume“ werden deine Potenziale, Ressourcen und Talente freigelegt
- als Referent\*in hast du hier die Möglichkeit, deine Veranstaltung in einem sehr besonderen Ambiente anzubieten

Besonders jetzt – nach einer langen, herausfordernden Zeit – freuen wir uns alle, unsere Angebote in dieser Programmheft zu präsentieren und hoffen auf eine sehr rege Teilnahme, **um wieder mehr Lebensfreude, Kreativität und Entspannung in deinen Alltag zu bringen!**

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  
info@astrid-lechner.at  
www.astrid-lechner.at



## KUNST ERFAHREN ...

- klassisch und abstrakt
- kraftvoll und stimmungsgeladen
- intuitiv und energiespendend



**Atelierbesuch** ... die Bilder bei einem Gespräch mit mir genießen.

**Kunst** ... kaufen oder mieten: Wir finden deine individuelle Lösung!

**Auftragsbilder** ... von dir inspiriert, von mir gemalt, einzigartig und persönlich.

## ENTSPANNUNG ERLERNEN ...

- zur Erhaltung der Gesundheit und Lebensqualität
- zum Abbau von Stress
- zur Harmonisierung von Körper, Seele und Geist
- für mehr Wohlbefinden im täglichen Leben



**Kurse** ... hier im Raum oder auf Wunsch gerne vor Ort

**Einzeltraining** ... speziell auf deine Themen und Bedürfnisse abgestimmt, wirkt dieses besonders effektiv!

## ENTFALTUNG ERLEBEN ...

- als Ausdruck deiner inneren Welt
- durch Förderung deiner Talente
- in kreativen Prozessen (flow)
- zur Weiterentwicklung deiner Persönlichkeit



**Gelebte Kreativität** ... fördert die individuelle Entfaltung deiner

**Potenziale** ... mit meiner fachlichen Unterstützung legst du deine  
**Schöpferkraft** frei für ein erfüllteres und buntes Leben.

**Ich freue mich auf unsere Begegnung!**



## STRESS!!! LASS NACH!!!

### ENTSPANNUNGS-TRAINING mit BEDARFSANALYSE und STRESS-MANAGEMENT, STRESS-ABBAU sowie BURNOUT-PRÄVENTION

Dauerhafter Stress stört nicht nur unser inneres Gleichgewicht, sondern beeinträchtigt nachweislich unsere Gesundheit auf schädliche Art und Weise! Bei „STRESS! LASS NACH!“ lernst du die ersten Warnsignale von Stress zu erkennen und diesem Schritt für Schritt entgegenzuwirken durch: Stressanalyse, Stressmanagement und Übungen zur Entspannung und Regeneration von Körper, Geist und Seele. Ziel ist es, einalltagstaugliches „Werkzeug“ für dich zu entwickeln, mit dem du selbst deine persönlichen Stressfaktoren reduzieren und deine Ressourcen steigern kannst.

#### Termine und Angebote:

##### KOSTENLOSER INFO- UND SCHNUPPERABEND

Dienstag, 14.09.2021 / 22.02.2022,  
jeweils von 19:30 bis 20:30 Uhr

##### TAGES INTENSIV-SEMINAR \*

Samstag, 18.09.2021 von 10:00 bis 17:00 Uhr

**Kosten:** € 125,- pro Person

##### ABEND-KURS \*

Dienstag, 21.09. / 28.09. / 05.10. / 12.10. / 19.10. / 02.11.2021

jeweils von 19:30 bis 20:45 Uhr

**Kosten:** € 125,- pro Person

\*Bitte mitbringen: Unterlage (Isomatte, wenn vorhanden), Decke, Kissen, bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibzeug

##### MITTAGSPAUSEN-KURS

Die etwas andere und entspannende Mittagspause! Gemäß dem Motto „kurz und effektiv“ kannst du so kommen wie du bist (kein Umziehen, keine Matte etc. notwendig). Hier lernst du einfache, kurze und im Alltag leicht umsetzbare Übungen, die im Sitzen, immer und überall machbar sind!

Dienstag, 21.09. / 28.09. / 05.10. / 12.10. / 19.10. / 02.11.2021

jeweils von 12:10 Uhr bis 12:55 Uhr

**Kosten:** € 89,- für alle Termine

Darüber hinaus biete ich weiters an: kostenlose Erstgespräche für Einzeltermine oder Kurse vor Ort (z.B. in Betrieben nach den Bedürfnissen der Belegschaft angepasst) Kontaktieren Sie mich gerne für ein unverbindliches Angebot!

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



## SCHAMANISCHE TROMMELABENDE

Wir lassen die **Trommeln sprechen** und tauchen ein in die „Anderswelt“, um kraftvolle Bilder und Botschaften zu erhalten, uns im Heilkreis zu stärken und Gemeinschaft zu erleben. Wir freuen uns über mitgebrachte Gaben für unser gemütliches Beisammensein bei Speis und Trank im Anschluss ans Trommeln ...



**Keine Vorkenntnisse erforderlich, ausreichend Trommeln vorhanden!**

#### Termine:

Freitag, 10.09. / 19.11.2021 – jeweils von 19:00 bis ca. 21:00 Uhr

Sonntag, 31.10. / 19.12.2021 / 02.01.2022 – jeweils von 18:00 bis ca. 20:00 Uhr

Mittwoch, 02.02.2022 – von 19:00 bis ca. 21:00 Uhr

**Kosten:** € 29,- pro Person und Abend

## TROMMELBAUKURS

In diesem Kurs baust du nicht nur – unter professioneller Anleitung – deine persönliche Rahmen-Trommel mit dem dazugehörigen Schlegel, sondern du verbindest dich bereits in der Vorbereitung und beim handwerklichen Tun mit den Materialien sowie dem Zweck deiner „**Heal-Drum**“.

Durch tief greifende Rituale und professionelle Begleitung, für die Astrid und Alexander während der gesamten Zeit sorgen, wird die „Geburt“ deiner Trommel zu einem einzigartigen Erlebnis.

Der Höhepunkt wird das **Einweihungsritual** sein, bei dem du in deine „neu geborene“ Trommel deine Herz-Energie fließen lässt und beim ersten Trommeln hörbar machst.



**Keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich!**

**Termin:** Samstag, 04.12. und Sonntag, 05.12.2021

Samstag von 10:00 bis 18:00 Uhr und Sonntag von 10:00 bis 16:00 Uhr

**Kosten:** Kurskosten: € 280,- für beide Referent\*innen und beide Tage

Materialkosten: € 175,- für sämtliche Materialien: Trommelhaut, Holzrahmen (30 oder 40 cm Durchmesser), Holzschlegel, Filzball, Lederbänder, etc.

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

# Alexander Rogger

**Humanenergetik • Heilströmen  
Feet-Touch • Aromatouch® Technique**



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

info@rogger.at

www.rogger.at

## HEILSTRÖMEN FÜR DIE GANZE FAMILIE

Heilströmen ist eine Jahrtausende alte Technik und erfreut sich immer größeren Zuspruchs. Durch das sanfte Berühren mit den Fingern am bekleideten Menschen an bestimmten Energiepunkten werden die körpereigenen Energieströme in Fluss gebracht und die Selbstheilungskräfte aktiviert. Heilströmen wirkt unterstützend bei körperlichen und seelischen Beschwerden wie Schmerzen aller Art, Verspannungen oder Schlafstörungen, Antriebslosigkeit, Unausgeglichenheit, Stress u.v.m. Ich zeige dir, wie du diese sprichwörtliche „**Hausapotheke in den eigenen Händen**“ für dich selbst und deine Liebsten anwenden kannst. Besonders Kinder und Jugendliche kann man in dieser herausfordernden Zeit mit Heilströmen einfach und effektiv unterstützen – bei Angst- und Stresszuständen, bei Konzentrationsmangel und Hyperaktivität oder bei den kleinen „Wehwehchen“ im Alltag.

### VORTRAG

**Termine:** Freitag, 03.09.2021 / 14.01.2022

jeweils von 19:00 bis 20:00 Uhr

**Kosten:** freiwillige Spenden, Anmeldung erbeten



### INFOTAG

An diesem Tag bin ich zwischen 10:00 und 16:00 Uhr für ein persönliches Kennenlernen und bei Fragen für dich da.

**Kosten:** freiwillige Spenden, keine Anmeldung erforderlich

**Termine:** Samstag, 04.09.2021 / 15.01.2022

## HEILSTRÖMEN FÜR DIE GANZE FAMILIE – WORKSHOP

Hier erlernst du die Grundlagen des Heilströmens mit vielen praktischen Übungen an dir selbst und für deine Liebsten.

**Termin:** Samstag, 11.09.2021, von 10:00 bis 17:00 Uhr

Bitte bequeme Kleidung tragen, kleinen Polster und Decke mitbringen

**Kosten:** € 98,- pro Person / € 149,- pro Paar, Anmeldung erforderlich

### EINZELTERMINE

Lass dich fallen und von mir berühren – begleitet von sanften Klängen und aromatischen Düften. Genieße diese speziell auf dich und deine Bedürfnisse abgestimmte Heilströmzeit.

**Termine:** nach telefonischer Vereinbarung

**Kosten:** € 79,- pro Person und Anwendung / Ermäßigung bei Kauf von 5er- oder 10er-Block

**Nähere Informationen und Anmeldung: +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

winklersophia@gmx.at

## KRAFTTIER-SEMINAR



### Einführung

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

**Termine:** Montag, 20.09. / 6.12.2021, von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr  
Keine Vorkenntnisse erforderlich!

### Vertiefung

– Voraussetzung: absolviertes Krafttier-Seminar  
Zum Wiederholen, Auffrischen und Erfahrungsaustausch für jene, die schon ein Krafttier-Seminar bei mir besucht haben.

**Termin:** Montag, 18.10.2021 / 24.01.2022, von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

**Kosten:** € 40,- pro Person und Abend

## FINDE DEINEN GEISTFÜHRER / DEINE GEISTFÜHRERIN

### Einführung

– Voraussetzung: absolviertes Krafttier-Seminar  
Lerne deinen Geistführer / deine Geistführerin kennen, spüre diese Energie und fühle dich getragen ...

**Termine:** Montag, 15.11. / 13.12.2021, von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

### Vertiefung

– Voraussetzung: absolvierte Einführung Geistführer  
Zum Wiederholen, Auffrischen und Erfahrungsaustausch für jene, die schon ein Geistführer-Seminar bei mir besucht haben.

**Termine:** Montag, 22.11.2021 / 21.02.2022, von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

**Kosten:** € 40,- pro Person und Abend

## SYSTEMISCHES AUFSTELLUNGSSEMINAR

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

**Termine:** Samstag, 25.09.2021, von 10:00 bis ca. 18:00 Uhr

Montag, 29.11.2021, von 18:00 bis ca. 22:00 Uhr

**Kosten:** Aufsteller: € 120,- / Statisten: € 20,- pro Person und Tag



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



# Thomas Gassner

**Autor • Regisseur • Schauspieler • Psychodramatiker  
Theaterlehrender • Mitglied „Feinripp-Ensemble“  
Chefredakteur der Zeitung „Darstellendes Spiel“**



Foto: © Arnold Weißbach

„Jedes Ding hat drei Seiten:  
eine positive, eine negative und eine komische!“  
(Karl Valentin)



## Kontakt:

**Mag. Thomas Gassner**

Innsbruck / Wien

Tel.: +43 (0)699 1941 5332

[gassi26@yahoo.de](mailto:gassi26@yahoo.de)

[www.feinripp-ensemble.com](http://www.feinripp-ensemble.com)



## SCHREIBWERKSTATT mit Profi Thomas Gassner

Du bist ein fantasievoller Mensch und wolltest immer schon gerne schreiben?  
Dir fehlte bis dato ein wenig der Mut, deine Ideen zu Papier zu bringen?  
Du würdest gerne von einem Profi erfahren, wie du deine Liebe zum Schreiben  
verwirklichen kannst? Dann ist diese Schreibwerkstatt goldrichtig für dich!

An diesen drei Abenden wirst du in einer angenehmen Atmosphäre und auf  
Augenhöhe mit dem weit über die Landesgrenzen hinaus bekannten und viel  
geschätzten Multitalent Thomas Gassner durch die Vielfalt seines Erfahrungsschatzes  
und mit seiner humorvollen, einfühlsamen Art lernen, dich deinem Wortfluss  
hinzugeben, um deine Geschichten in diese Welt zu bringen ...

### Termine:

Mittwoch, 20.10. / 27.10. / 03.11., jeweils von 19:00 bis 22:00 Uhr

**Kosten:** € 149,- pro Person für alle drei Abende

Bitte Schreibzeug mitnehmen (womit und worauf du gerne schreibst ...)

**Keine Vorkenntnisse erforderlich. Beschränkte Teilnehmerzahl!**

**Infos und Anmeldungen bei Astrid Maria Lechner  
unter +43 (0)699 19 123 777 oder [info@astrid-lechner.at](mailto:info@astrid-lechner.at)**

## TERMINÜBERSICHT SEPTEMBER - DEZEMBER 2021

| DATUM        | UHRZEIT       | VERANSTALTUNG                                  | REFERENT*IN     |
|--------------|---------------|------------------------------------------------|-----------------|
| 03.09.       | 19:00 - 20:00 | HEILSTRÖMEN – VORTRAG                          | A. Rogger       |
| 04.09.       | 10:00 - 16:00 | HEILSTRÖMEN – INFOTAG                          | A. Rogger       |
| 10.09.       | 19:00 - 21:00 | SCHAMANISCHER TROMMELABEND                     | A. M. Lechner   |
| 11.09.       | 10:00 - 17:00 | HEILSTRÖMEN – WORKSHOP                         | A. Rogger       |
| 14.09.       | 19:30 - 20:30 | STRESS!! LASS NACH!!! – SCHNUPPERABEND         | A. M. Lechner   |
| 15.09.       | 08:00 - 09:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                           | K. I. Maas      |
| 15.09.       | 19:00 - 20:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                           | K. I. Maas      |
| 16.09.       | 18:00 - 21:00 | KRAFT DES MALENS – KURSREIHE 1                 | A. M. Lechner * |
| 18.09.       | 10:00 - 17:00 | STRESS!!! LASS NACH!!! – TAGESSEMINAR          | A. M. Lechner   |
| 20.09.       | 18:00 - 22:00 | KRAFTTIER-SEMINAR – EINFÜHRUNG                 | S. Winkler      |
| 21.09.       | 12.10 - 12:55 | STRESS!!! LASS NACH!!! – MITTAGSPAUSEN-KURS    | A. M. Lechner * |
| 21.09.       | 19.30 - 20:45 | STRESS!!! LASS NACH!!! – ABENDKURS             | A. M. Lechner * |
| 23.09.       | 18:00 - 21:00 | KRAFT DES MALENS                               | A. M. Lechner   |
| 25.09.       | 10:00 - 18:00 | SYSTEMISCHE AUFSTELLUNG                        | S. Winkler      |
| 27.09.       | 18:30 - 21:30 | IMPROTHEATER – WORKSHOPREIHE 1                 | A. Alscher *    |
| 28.09.       | 15:00 - 16:00 | LEICHTER LERNEN MIT EVOLUTIONSPÄDAGOGIK KURS 1 | S. M. Jolly *   |
| 28.09.       | 16:30 - 17:30 | LEICHTER LERNEN MIT EVOLUTIONSPÄDAGOGIK KURS 2 | S. M. Jolly *   |
| 30.09.       | 18:00 - 21:00 | KRAFT DES MALENS                               | A. M. Lechner   |
| 01.10.       | 17:00 - 21:00 | SEELENSCHREIBEN                                | I. Klausner     |
| 02.10.       | 09:00 - 17:00 | SEELENSCHREIBEN                                | I. Klausner     |
| 06.10.       | 18:00 - 22:00 | 7 ELEMENTE DES HAWAIIANISCHEN SCHAMANISMUS     | M. Kammeringer  |
| 07.10.       | 18:00 - 21:00 | KRAFT DES MALENS                               | A. M. Lechner   |
| 08.10.       | 17:00 - 21:00 | ABENDSHOPPING ALTSTADT SCHWAZ                  | Stadt Schwaz    |
| 13.10.       | 08:00 - 09:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                           | K. I. Maas      |
| 13.10.       | 19:00 - 20:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                           | K. I. Maas      |
| 14.10.       | 18:00 - 21:00 | KRAFT DES MALENS                               | A. M. Lechner   |
| 16.10.       | 19:30 - 21:00 | IMPROPOOL-IMPROSHOW                            | A. Alscher      |
| 18.10.       | 18:00 - 22:00 | KRAFTTIER-SEMINAR – VERTIEFUNG                 | S. Winkler      |
| 20.10.       | 19:00 - 22:00 | SCHREIBWERKSTATT – KURS                        | T. Gassner *    |
| 22.10.       | 19:00 - 20:00 | EVOLUTIONSPÄDAGOGIK – SCHNUPPERABEND           | S. M. Jolly     |
| 28.10.       | 18:00 - 21:00 | KRAFT DES MALENS                               | A. M. Lechner   |
| 30.10.       | 09:00 - 19:00 | BLUME DES LEBENS _ TAGESWORKSHOP               | M. Kammeringer  |
| 31.10.       | 18:00 - 20:00 | SCHAMANISCHER TROMMELABEND                     | A. M. Lechner   |
| 05.11.       | 19:00 - 22:00 | FRAUENTEMPEL                                   | I. Klausner     |
| 06.11.       | 10:00 - 17:00 | IM WANDEL DER ZEIT                             | I. Klausner     |
| 08. - 11.11. | 10:00 - 18:00 | KRAFT DES MALENS – INTENSIVTAGE                | A. M. Lechner * |

|            |               |                                            |                |
|------------|---------------|--------------------------------------------|----------------|
| 13.11.     | 14:00 - 17:00 | ACHTSAM ÜBER 7 STUFEN ZUM SELBSTVERTRAUEN  | S. M. Jolly    |
| 15.11.     | 18:00 - 22:00 | GEISTFÜHRER-SEMINAR – EINFÜHRUNG           | S. Winkler     |
| 17.11.     | 08:00 - 09:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                       | K. I. Maas     |
| 17.11.     | 19:00 - 20:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                       | K. I. Maas     |
| 19.11.     | 19:00 - 21:00 | SCHAMANISCHER TROMMELABEND                 | A. M. Lechner  |
| 22.11.     | 18:00 - 22:00 | GEISTFÜHRER-SEMINAR – VERTIEFUNG           | S. Winkler     |
| 24.11.     | 18:00 - 22:00 | 7 ELEMENTE DES HAWAIIANISCHEN SCHAMANISMUS | M. Kammeringer |
| 29.11.     | 18:00 - 22:00 | SYSTEMISCHE AUFSTELLUNG                    | S. Winkler     |
| 04./05.12. | je ab 10:00   | TROMMELBAUKURS – WOCHENENDKURS             | Lechner/Rogger |
| 06.12.     | 18:00 - 22:00 | KRAFTTIER-SEMINAR – EINFÜHRUNG             | S. Winkler     |
| 09.12.     | 16:30 - 17:15 | KLANG-WEIHNACHTS-MÄRCHENREISE              | K. I. Maas     |
| 09.12.     | 18:00 - 20:00 | STIMMUNGSVOLLER WEIHNACHTS-KLANGABEND      | K. I. Maas     |
| 13.12.     | 18:00 - 22:00 | GEISTFÜHRER-SEMINAR – EINFÜHRUNG           | S. Winkler     |
| 15.12.     | 18:00 - 22:00 | 7 ELEMENTE DES HAWAIIANISCHEN SCHAMANISMUS | M. Kammeringer |
| 18.12.     | 19:30 - 21:00 | IMPROPOOL-IMPRO CHRISTMAS SPECIAL SHOW     | A. Alscher     |
| 19.12.     | 18:00 - 20:00 | SCHAMANISCHER TROMMELABEND                 | A. M. Lechner  |

## TERMINÜBERSICHT JÄNNER - FEBER 2022

| DATUM                                                                             | UHRZEIT       | VERANSTALTUNG                              | REFERENT*IN     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------------------------|-----------------|
| 02.01.                                                                            | 18:00 - 20:00 | SCHAMANISCHER TROMMELABEND                 | A. M. Lechner   |
| 08.01.                                                                            | 10:00 - 18:00 | SEELENSCHREIBEN                            | I. Klausner     |
| 09.01.                                                                            | 09:00 - 13:00 | SEELENSCHREIBEN                            | I. Klausner     |
| 12.01.                                                                            | 18:00 - 22:00 | 7 ELEMENTE DES HAWAIIANISCHEN SCHAMANISMUS | M. Kammeringer  |
| 13.01.                                                                            | 18:00 - 21:00 | KRAFT DES MALENS – KURSREIHE 2             | A. M. Lechner * |
| 14.01.                                                                            | 19:00 - 20:00 | HEILSTRÖMEN – VORTRAG                      | A. Rogger       |
| 15.01.                                                                            | 10:00 - 16:00 | HEILSTRÖMEN – INFOTAG                      | A. Rogger       |
| 18.01.                                                                            | 18:30 - 21:30 | IMPROTHEATER – WORKSHOPREIHE 2             | A. Alscher *    |
| 19.01.                                                                            | 08:00 - 09:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                       | K. I. Maas      |
| 19.01.                                                                            | 19:00 - 20:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                       | K. I. Maas      |
| 24.01.                                                                            | 18:00 - 22:00 | KRAFTTIER-SEMINAR – VERTIEFUNG             | S. Winkler      |
| 02.02.                                                                            | 19:00 - 21:00 | SCHAMANISCHER TROMMELABEND                 | A. M. Lechner   |
| 09.02.                                                                            | 18:00 - 22:00 | 7 ELEMENTE DES HAWAIIANISCHEN SCHAMANISMUS | M. Kammeringer  |
| 16.02.                                                                            | 08:00 - 09:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                       | K. I. Maas      |
| 16.02.                                                                            | 19:00 - 20:00 | KLANG-FANTASIEREISEN                       | K. I. Maas      |
| 19.02.                                                                            | 10:00 - 17:00 | IM WANDEL DER ZEIT                         | I. Klausner     |
| 21.02.                                                                            | 18:00 - 22:00 | GEISTFÜHRER-SEMINAR – VERTIEFUNG           | S. Winkler      |
| 22.02.                                                                            | 19:30 - 20:30 | STRESS!! LASS NACH!!! – SCHNUPPERABEND     | A. M. Lechner   |
| 27.02.                                                                            | 18:00 - 20:30 | IMPROPOOL-IMPROSHOW                        | A. Alscher      |
| * Starttermin eines mehrteiligen Kurses – Folgetermine findest du im Programmheft |               |                                            |                 |



# Sita Maria Jolly

**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 Maria Jolly**

6130 Schwaz

Tel.: +43 (0)699 133 333 43

## MEINE ANGEBOTE FÜR ERWACHSENE

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.

**Termine:**

**Schnupperabend**

Freitag, 22.10.2021, von 19:00 bis 20:00 Uhr

**Kosten:** € 18,- pro Erwachsenen

**Workshop: Achtsam über 7 Stufen zum Selbstvertrauen**

Samstag, 13.11.2021, von 14:00 bis 17:00 Uhr

**Kosten:** € 95,- pro Person und Kurs



## MEINE ANGEBOTE FÜR KINDER

**Kursblock: Leichter Lernen mit Evolutionspädagogik**

Ziel dieser Kurse ist es, die 7 Sicherheiten der Evolutionspädagogik zu entwickeln und zu fördern. Wichtig ist, dass grundlegende Fähigkeiten stressfrei zur Verfügung stehen. Dazu gehören Rechts-Links-Unterscheidung, dreidimensionale Bewegungsabläufe und freie Augenbewegung.

Volksschüler, maximal 4 Kinder pro Kurs

**Termine:**

Dienstag, 28.09. / 05.10. / 12.10. / 19.10.2021

**Kurs 1:** jeweils von 15:00 bis 16:00 Uhr

**Kurs 2:** jeweils von 16:30 bis 17:30 Uhr

**Kosten:** € 80,- pro Kind und Kurs



**Kostenlose Erstgespräche sowie Einzeltermine nach telefonischer Vereinbarung, Informationsabend für die Schulreife auf Anfrage**

# 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.

Weiters biete ich auch **Einzelbegleitungen Online** an. Diese sind nach Terminvereinbarung gerne telefonisch, über Skype oder per E-Mail möglich.



### Kontakt:

#### Ingrid Klausner

Hubertusweg 7, 4565 Inzersdorf  
Tel.: +43 (0)699 107 82 507  
ingrid.klausner@aon.at  
www.ingridklausner.at  
Fanpage <https://bit.ly/2RnGfFK>

## SEELENSCHREIBEN

Es ist uns oft nicht bewusst, dass wir uns in einem Hamsterrad von immer wiederkehrenden Gedanken und Gefühlen befinden, die uns Ängste, Sorgen und Stress machen. Heute wissen wir, dass die meisten Muster aufgrund unserer Erziehung und Lebensumstände schon in frühester Kindheit im Unterbewusstsein abgespeichert wurden, manche davon sogar schon bei Empfängnis, Schwangerschaft oder Geburt. Mit dem „Seelen-Schreiben“ begleite ich dich zu den Wurzeln deines Problems. Durch das Umschreiben deiner persönlichen Geschichte bringen wir einen heilsamen inneren Prozess in Gang ...

### Termine:

Freitag, 01.10.2021, von 17:00 bis ca 21:00 Uhr und  
Samstag, 02.10.2021, von 09:00 bis 17:00 Uhr (mit Mittagspause)

Samstag, 08.01.**2022**, von 10:00 bis ca 18:00 Uhr (mit Mittagspause)  
und Sonntag, 09.01.**2022**, von 09:00 bis 13:00 Uhr

**Kosten:** € 198,- pro Person und Wochenende

## FRAUENTEMPEL

Vertrauensvoll durchs Leben gehen ...  
Ein Abend voller Weiblichkeit!

### Termin:

Freitag, 05.11.2021, von 19:00 bis 22.00 Uhr

**Kosten:** € 30,- pro Person



## IM WANDEL DER ZEIT

Wenn du spürst, dass diese Zeit dich besonders fordert, in welcher Art auch immer, dann könnte dieses Seminar dir dabei behilflich sein, den Weg der Freude, des Glücks und des inneren Friedens wieder zu finden. Ein Seminar in dem du eingeladen bist, nicht mehr das Festhalten zu praktizieren, sondern deine Hände für das Empfangen zu öffnen. Ich zeige dir wie einfach es ist, unter Anwendung der geistigen Gesetze, deine „Energieräuber“ zu transformieren.

**Termine:** Samstag, 06.11.2021 / Samstag, 19.02.**2022**

jeweils von 10:00 bis 17:00 Uhr

**Kosten:** € 95,- pro Person

**Infos und Anmeldungen unter den angegebenen Kontaktdaten.**

# Alexander Alscher

**Improvisationstheater • Trainer • Coach • Spieler**



Meine große Leidenschaft ist das Improvisationstheater – eine Form des Theaters, bei der aus dem Stehgreif Szenen erschaffen werden – ohne eingelernter Dialoge oder einer vorher geprobt Inszenierung.

## Kontakt:

**Alexander Alscher MA**

Kreuzgasse 10/2, 6020 Innsbruck

Tel: +43 (0)664 969 29 78

alexander@impropool.at

www.impropool.at



## IMPRO – WORKSHOP-REIHE

Die Methoden und Werkzeuge, die die Improspieler\*innen für die Bühne erlernen und erleben, helfen Menschen in vielen Lebenssituationen – z.B.:

- achtsames Wahrnehmen und Angebote annehmen
- Spontaneität und Schlagfertigkeit für mehr Miteinander
- Mut zum Scheitern – der eigenen Intuition folgen
- lustvoll Freude und Spaß erleben, als Würze des Lebens

Keine Vorkenntnisse erforderlich!

### Termine:

Workshopreihe 1: Montag, 27.09. / 04.10. / 11.10. / 18.10.2021

Workshopreihe 2: Dienstag, 18.01. / 25.01. / 08.02. / 15.02.2022

jeweils von 18:30 bis 21:30 Uhr

### Kosten:

€ 96,- pro Person und Workshopreihe

## IMPROPOOL – IMPRO-SHOWS

Das Publikum wird dazu eingeladen, ins Geschehen einzugreifen und durch Impulse die Geschichten nach Belieben mitzugestalten. Die Darsteller\*innen werden sich dabei von ihrer Intuition leiten lassen, ohne zu wissen, wohin die Reise geht...

**Mit Spaßgarantie!**

### Termine:

Samstag, 16.10.2021: The Impropool Impro-Show, um 19:30 Uhr

Samstag, 18.12.2021: The Impropool Impro Christmas Special-Show, um 19:30 Uhr

Sonntag, 27.02.2022: The Impropool Impro-Show, um 18:00 Uhr

Einlass: jeweils eine halbe Stunde vor Beginn

### Kosten:

Eintritt: € 10,- pro Person und Abend



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



# Kerstin Ines Maas

**Humanenergetikerin (Heilberaterin ausgebildet in Lindau/D)**  
**Peter Hess®-Klangmassagepraktikerin**  
**Peter Hess®-Entspannungstrainerin für Klang- und Fantasiereisen**



Mit dem professionellen Einsatz von Klangschalen biete ich vielfältige Möglichkeiten, Körper, Geist und Seele Gutes zu tun. Die hör- und fühlbaren Klangimpulse können effektiv und nachhaltig das Wohlbefinden und die Gesundheit stärken – gönn Dir eine Auszeit vom Alltag!

## Kontakt:

**Kerstin Ines Maas**

6215 Achenkirch Nr. 89

Tel.: +43 (0)660 8177955

entspannung.maas@gmail.com

www.entspannung-maas.at



## KLANG-FANTASIEREISEN – ein sanfter Weg zur Ruhe und Gelassenheit!

Gestaltete Klang-Fantasiereisen sind eine Einladung, inne zu halten und sich durch Bilder und Impulse in die innere Wirklichkeit zu begeben. Die beruhigenden Töne der Klangschalen und anderen obertonreichen Instrumenten erleichtern das Loslassen – eine wohlthuende und sanfte Möglichkeit zu entspannen!

**Termine:** Mittwoch, 15.09. / 13.10. / 17.11. / 19.01.2021 / 16.02.2022  
jeweils vormittags von 08:00 bis 9:00 Uhr / abends von 19:00 bis 20:00 Uhr  
**Kosten:** € 15,- pro Person und Einheit (Termine einzeln buchbar)

## KLANG-WEIHNACHTS-MÄRCHENREISE – für Kinder ab 6 Jahren

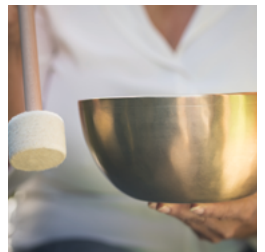
Klangbegleitende Fantasiereisen sind besonders auch bei Kindern sehr beliebt. Eigene fantasievolle Geschichten werden er- und durchlebt. Sie regen so die Kreativität an und verstärken Lernprozesse.

**Termin:** Donnerstag, 09.12.2021 von 16:30 bis 17:15 Uhr  
**Kosten:** € 7,- pro Person / ab 2 Kindern € 5,- pro Kind

## STIMMUNGSVOLLER WEIHNACHTS-KLANGABEND

... mit Impulsen, Inspirationen und Untermalung von Klangschalen und anderen Instrumenten – entspannt auf Weihnachten einstimmen!

**Termin:** Donnerstag, 09.12.2021 von 18:00 bis 20:00 Uhr  
**Kosten:** € 30,- pro Person



## Klangmassage - Einzelanwendung

Bei der Klangmassage werden die Therapie-Klangschalen gezielt auf den bekleideten Körper positioniert und angeklungen. Die feinen Vibrationen übertragen sich auf den ganzen Körper und breiten sich auf die Zellebene aus. Dadurch kann eine tiefe Entspannung und Regeneration ermöglicht werden.

**Termine:** nach vorheriger telefonischer Vereinbarung  
**Kosten:** € 65,- pro Person und Einheit (ca. 75 Minuten)

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

# Michaela Kammeringer Karbon

**Pädagogin, LSB • psychologische Beraterin • NLP-Coach  
Energetikerin • Kunsttherapeutin i.A.u.S**



Höhen und Tiefen meines Lebens haben mich veranlasst, psychologische Erkenntnisse und spirituelle Praktiken zu erforschen. Nun vereine ich beides in meiner Arbeit und helfe Menschen, wieder angedockt an den Energiefluss der guten, richtungsgebenden, ordnenden Kraft zu sein und ihr Licht zu entdecken.



## Kontakt:

**Mag. Michaela Kammeringer Karbon**

Tannenweg 6, 6063 Rum  
Tel.: +43 (0) 664 10 444 76  
michaela@kammeringer.at  
www.kraftquelle.tirol

## ENTFALTE DEINE EIGENE „BLUME DES LEBENS“ UND SPÜRE IHRE KRAFT

Die Blume des Lebens im Außen zu entdecken ist wunderbar, sie in dir selbst aufzubauen geht noch sehr viel tiefer. Die ersten 7 Kreise werden die „Saat des Lebens“ genannt und sind die Ordnung jeder Schöpfung. In 7 Schritten bauen wir dieses Feld gemeinsam auf und aktivieren es. Kehre durch eine geführte Meditation zurück zu deiner wahren Essenz. Wähle Farbe und Format, erschaffe, visualisiere und projiziere deine Blume des Lebens auf Leinwand. Allein durch das Malen des Symbols, erfährt man seine Wirkung.



### Termin:

Samstag, 30.10.2021 von 09:00 bis 13:00 Uhr und 14:00 bis 19:00 Uhr

**Kosten:** € 89,- pro Person

Bitte mitbringen: eine quadratische Leinwand 60x60 cm oder 80x80 cm oder 100x100 cm (ist auf Wunsch auch vor Ort zu erwerben)

## DIE 7 ELEMENTE DES HAWAIIANISCHEN SCHAMANISMUS

Fühle den Aloha-Spirit. Wandere in deinem inneren Garten auf den Pfaden der 7 Elemente Feuer, Luft, Wasser, Erde, Pflanzen, Tiere, Mensch mit den dazugehörigen Göttinnen Pele, Hi'iaka, Hina, Haumea, Laka, Kapo, Uli und entdecke ihre Kraft in dir. An 7 Abenden wird je ein Element im Fokus stehen. Die Abende kann man unabhängig voneinander besuchen.

### Termine:

Mittwoch, 06.10./ 24.11./ 15.12.2021 und 12.01./ 09.02.2022

jeweils von 18:00 bis 22:00 Uhr

Zwei Termine finden im 2. Semester 2022 statt und werden noch bekannt gegeben.

**Kosten:** € 39,- pro Person und Abend / bei Buchung aller 7 Abende € 230,-

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



## VIELFÄLTIGES ANGEBOT NUTZEN / RAUM MIETEN

Ein vielfältiges und buntes Angebot in meinem Raum ist mir eine besondere Herzensangelegenheit. Deshalb freue ich mich, wenn jemand sein Wissen und seine Erfahrungen gerne im Rahmen von Workshops, Seminaren, Vorträgen, etc. weitergeben möchte. Der Raum kann zu diesen Zwecken stunden- oder tageweise zu fairen Preisen angemietet werden. Kontaktiere mich gerne für ein unverbindliches Gespräch vor Ort.

## NEUIGKEITEN DIGITAL ERHALTEN

Du möchtest gerne einmal monatlich per E-Mail über die Neuigkeiten und Termine informiert werden? Eine kurze Nachricht mit deinen Kontaktdaten reicht, und ich nehme dich gerne in meinen Verteiler auf (kann jederzeit wieder abbestellt werden!).

## COVID-19-BESTIMMUNGEN BEI VERANSTALTUNGEN

Die Veranstaltungen finden unter den jeweils gültigen COVID-19-Bestimmungen statt. Nähere Informationen dazu erfahren Sie von den jeweiligen Referent\*innen/Veranstalter\*innen.



Franz-Josef-Straße 15 | 6130 Schwaz  
**Tel.: +43 (0)699 19 123 777**  
info@astrid-lechner.at | www.astrid-lechner.at

### Impressum

Herausgeberin: Astrid Maria Lechner – Raum für Kunst, Entspannung und Entfaltung  
Verantwortlich für den Inhalt: die jeweiligen Referent\*innen / Veranstalter\*innen

Gestaltung, Satz und Druckabwicklung: Alexander Rogger – Grafische Ideengestaltung, info@rogger.at  
Fotos: Zanella-Kux Fotografie, Arnold Weißenbach, pxhere.com, freepik.com, privat  
Satz- und Druckfehler vorbehalten, Terminverschiebungen möglich.

# MALWERKSTATT

## MONATLICHES MALEN WAS GEFÄLLT

„Learning by doing“ unter der Leitung von Astrid Maria Lechner sowie mit vielen Tipps in Theorie und Praxis malst du dein Wunschbild in deiner Lieblingstechnik. Das Motiv dazu bringst du bitte gerne selbst mit. Der Preis versteht sich inkl. Farben und exklusive Keilrahmen (welche aber vor Ort erworben werden können!). Durch die Vielfalt an Werken in der Gruppe hast du die Möglichkeit, dich außerdem noch mit den anderen „KünstlerInnen“ auszutauschen und auch von ihnen zu lernen. Alle sind willkommen!



Anmeldung unter  
Tel. 05242/62681-71  
office@tirolack.at

# TIROLACK

Münchnerstraße 50 · Schwaz · www.tirolack.at

### ÖFFNUNGSZEITEN:

MO bis FR 8.00 bis 18.00 Uhr  
SA von 8.00 bis 17.00 Uhr





# Entdecke dich selbst neu

**Brich aus vom stressigen Alltag!  
Stoppe das Hamsterrad des ständigen Funktionierens!  
Entfliehe dem nervigen Gedankenkarussell!**

**Tauche ein in die bunte Welt des kreativen Gestaltens und  
erlebe mit allen Sinnen diesen „Kick“, der dich das Gefühl  
von Raum und Zeit verlieren lässt ...**



## Kraft

## des Malens!

### INTENSIVTAGE

**MO, 8.11. bis DO, 11.11.2021**

**jeweils von 10:00 bis 13:00 Uhr und von 15:00 bis 18:00 Uhr**

### KURSREIHEN (AUCH EINZELMODULE BUCHBAR)

**Kurs 1: DO, 16.09. / 23.09. / 30.09. / 07.10. / 14.10. / 28.10. 2021**

**Kurs 2: DO, 13.01. / 20.01. / 27.01. / 03.02. / 10.02. / 17.02. 2022**

**jeweils von 18:00 bis 21:00 Uhr**

### Infos und Anmeldung

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

**oder E-Mail: [info@astrid-lechner.at](mailto:info@astrid-lechner.at)**

**Astrid Maria Lechner**



**Raum für Kunst,  
Entspannung & Entfaltung**