

# Vorträge & Events

**Alexander-Technik?** Staunen, wie leicht wir beweglich, balanciert, gelassen sein können! Offene Abende in Schwabing. Info: Tel. 089 - 21 29 59 04, [www.jana-dobrick.de](http://www.jana-dobrick.de)

## ■ Donnerstag

MÜNCHEN

**Aroma-Teestunde** – 12:30 bis 13:30 h. Reinste Aromaöle für den Hausgebrauch. Infostunde mit unterschiedlichen Themen für eine nachhaltige Gesundheit, 5,- €. Wechselnder Ort (Schwabing/Thalkirchen), bitte erfragen unter 0176 - 6215 1652 oder [pono@lavendaschaff.com](mailto:pono@lavendaschaff.com)

**Somaja Dance** – Bewusster, freier, meditativer Tanz – Feel the Soul dancing you  
Freitänzer, 19:30 - 21:30 Uhr, 1 x monatlich.  
Tel. 08151 - 44 77 491, [www.soulandlife.com](http://www.soulandlife.com)

## ■ Freitag

MÜNCHEN

**Alexander-Technik?** Staunen, wie leicht wir beweglich, balanciert, gelassen sein können! Offene Gruppe, Freitag, 10 Uhr, Schwabing. Tel. 089 - 21 29 59 04, [www.jana-dobrick.de](http://www.jana-dobrick.de)

## ■ Sonntag

MÜNCHEN

**Nacht der Sinne – Abend der Begegnungen**  
Bewusstes Beziehen üben, erspüren, erleben  
19 Uhr, 1 x mtl., nur mit vorheriger Anmeldung unter Tel. 08151 - 44 77 491, [www.soulandlife.com](http://www.soulandlife.com)

## Regelmäßig

### ■ Montag

MÜNCHEN

**Feldenkrais-Kurse** – direkt am Ostbahnhof. Einstieg jederzeit möglich. Montags, 14:30 - 15:45 Uhr und 19:15 - 20:30 Uhr. Tel. 089 - 48 89 58 [heikeboerenandrael@t-online.de](mailto:heikeboerenandrael@t-online.de)

### **Atemmeditation in Sendling**

offene Gruppe – montags, 19:30 - 20:30 Uhr  
Anmeldung: [info@praxis-heezen.com](mailto:info@praxis-heezen.com)  
Mehr unter: [www.praxis-heezen.com](http://www.praxis-heezen.com)

### **Intuition und Kreativität für Beruf u. Beziehung**

entwickeln durch die Kraft der anderen Hand!  
Abendgruppe am Ostbahnhof.  
14-tägig, Montag. Ute Wagner, HP  
Tel. 0175 - 788 76 80 oder 08131 - 42 81

### ■ Dienstag

MÜNCHEN

**Kreatives Atmen** – Die Kraft und Lebendigkeit des Atems erleben in kleiner Abendgruppe am Ostbhf. 14-tägig / Dienstag. Hilfrun Ute Wagner, HP, Tel. 0175 - 788 76 80 oder 08131 - 42 81

### ■ Mittwoch

MÜNCHEN

**Meditation leicht gemacht** – entspannen, Ruhe finden, Kraft tanken, geführte Meditationen. Keine Vorkenntnisse erforderlich, kostenfrei. 19:00-20:00 Uhr. Raja Yoga Schule, Schleißheimer Straße 9, 80333 München, Tel. 089 - 52 90 02, [muenchen@de.brahmakumaris.de](mailto:muenchen@de.brahmakumaris.de)

**Zeit mit Mareile** – Entspannungstrance und sich dabei selber finden sowie vom Herzen her singen. Jeweils am 2. Mittwoch des Monats um 20.00 Uhr (außer in den Schulferien); bitte Sitzkissen mitbringen. Gemeinschaftspraxis Clemensstr. 24  
eMail: [mareile-zeit@gmx.de](mailto:mareile-zeit@gmx.de)  
[www.aufbluehen-hypnose.de](http://www.aufbluehen-hypnose.de)



## JANUAR

### MÜNCHEN

- **Samstag, 04. Januar**  
**Natürlich suchtfrei! mit der Weiss-Methode.**  
 Erfolgreich die Sucht nach Zucker, Rauchen oder Alkohol sowie Heißhungerattacken beenden.  
 Ab 10 Uhr. 09676 - 92 30 14, [www.weiss-institut.de](http://www.weiss-institut.de)
- **Freitag, 10. Januar**  
**Vollmond** – 20:21 Uhr
- **Samstag, 11. Januar**  
**Intimität und Verbundenheit.** Ein Tag, um der tiefen Sehnsucht nach Verbindung und authentischem Kontakt nachzugehen. Ein geschützter Raum macht es möglich, die Komfortzone zu verlassen und in neues Erleben einzutauchen.  
 Näheres unter Tel. 089 - 88 56 10 17 und [www.unite2dance.com/unite2dance-tantra](http://www.unite2dance.com/unite2dance-tantra)
- **Montag, 13. Januar**  
**Enneagramm-Infoabend** – Ein Schlüssel zu echter Lebendigkeit und innerer Stille.  
 München-Pasing, 19:30-21:30 Uhr  
 Tel. 089 - 32 80 29 48, [www.satcitananda.de](http://www.satcitananda.de)

■ **Donnerstag, 23. Januar**  
**Zellgesundheit mit Dr. Tanja Stöcker** – Vortragsreihe: Wie aus Schwäche Stärke wird – Stress abbauen, innere Energie aufbauen, Zellgesundheit stärken. [www.SpiritCircles.de](http://www.SpiritCircles.de)

■ **Freitag, 24. Januar**  
**Beckenboden in Bewegung**  
 Kraft, Leichtigkeit und Energie für jede Frau.  
 Abend-Workshop – BB-Fit, 18:00-21:00 Uhr.  
 Irene Lang-Reeves, Praxis für Körpertherapie,  
 Tel. 089 - 850 42 82, [www.lang-reeves.de](http://www.lang-reeves.de)

■ **Sonntag, 26. Januar**  
**Tantra-Schnupperkurs**  
 Tantra-Institut Jembatan  
[www.Jembatan.de](http://www.Jembatan.de)

■ **Montag, 06. Januar**  
**Schamanischer Abend**, 18:30-21:00 Uhr  
 Nicola Jochner, 08161 - 401 84 00; shuttle service  
[www.heilpraxis-jochner.de](http://www.heilpraxis-jochner.de)

### RAUM WEILHEIM

■ **Samstag, 18. Januar**  
**Optimale Vitalstoffversorgung** innerhalb 5 Minuten am Tag; Vitalstoffmessung mit dem BioScan.  
 Vortrag 10-13 Uhr in Weilheim. 0881 - 923 24 24  
[naturspiruvital@t-online.de](mailto:naturspiruvital@t-online.de)  
[www.naturspiruvital.de](http://www.naturspiruvital.de)

### AUGSBURG

■ **Freitag, 24. Januar**  
**Ängste und Leidensmuster auflösen**  
 Vortrag und Heilmeditation mit Anton Styger.  
 19-22 Uhr, € 30, Biohotel Bayerischer Wirt, Neuburger Straße 122. Infos: [annapurnablauf@web.de](mailto:annapurnablauf@web.de) oder [www.annapurnasshop.de](http://www.annapurnasshop.de)

### FREISING

■ **Samstag, 25. Januar**  
**Unsere Seele verstehen lernen** – Anton Styggers Kindheitserinnerungen, Film und Vortrag. 19:30-21:30 Uhr, € 20, Biohotel Bayerischer Wirt, Neuburger Straße 122. Infos: [annapurnablauf@web.de](mailto:annapurnablauf@web.de) oder [www.annapurnasshop.de](http://www.annapurnasshop.de)



© Alexander Iotzov / Fotolia

## Unsere Anzeigenpreise

### Formatanzeigen

Sämtliche Größen und Preise  
finden Sie unter „Mediadaten“  
auf [www.die-kunst-zu-leben.de](http://www.die-kunst-zu-leben.de)

### Kleinanzeigen

kosten bis zu 4 Zeilen € 40.- zzgl.  
MWSt., jede weitere Zeile € 10.-

In eine Zeile passen 39 Zeichen, inkl. Leerzeichen

Einträge unter der Rubrik

### Vorträge & Events

– keine Seminare –

kosten bis zu 4 Zeilen € 15.- zzgl.  
MWSt., jede weitere Zeile € 10.-

In eine Zeile passen 42 Zeichen, inkl. Leerzeichen

## FEBRUAR

### MÜNCHEN

■ **Samstag, 08. Februar**  
**Natürlich suchtfrei! mit der Weiss-Methode.**  
Erfolgreich die Sucht nach Zucker, Rauchen oder  
Alkohol sowie Heißhungerattacken beenden.  
Ab 10 Uhr. 09676 - 92 30 14, [www.weiss-institut.de](http://www.weiss-institut.de)

■ **Sonntag, 09. Februar**  
**Vollmond** – 08:33 Uhr

■ **Dienstag, 11. Februar**  
**Familien-, Struktur- und Körperaufstellungen**  
mit Liana Pagán und Ruprecht Joos (DGfS-zertifi-  
zierte Aufsteller). München-Schwabing, 19 Uhr.  
Tel. 089 - 12 01 82 95, [Aufstellen-Joos@gmx.de](mailto:Aufstellen-Joos@gmx.de)

■ **Donnerstag, 13. Februar**  
**Zellgesundheit mit Dr. Tanja Stöcker** – Vortrags-  
reihe: Wie Sie Ernährung zum Schlüssel Ihrer  
Zellgesundheit machen. [www.SpiritCircles.de](http://www.SpiritCircles.de)

■ **Freitag, 21. Februar**  
**Die Kunst zu Leben – Anzeigenschluss**  
für die Ausgabe April - Juni 2020  
[info@die-kunst-zu-leben.de](mailto:info@die-kunst-zu-leben.de)  
Tel. 08121 - 451 94, [www.die-kunst-zu-leben.de](http://www.die-kunst-zu-leben.de)

### FREISING

■ **Dienstag, 04. Februar**  
**Schamanischer Abend**, 18:30-21:00 Uhr  
Nicola Jochner, 08161 - 401 84 00; shuttle service  
[www.heilpraxis-jochner.de](http://www.heilpraxis-jochner.de)

### SALZBURG

■ **Samstag, 22. Februar**  
**Leben=Freude!** Einen Tag in voller Freude ver-  
bringen – nämlich mit der eigenen Freude! Sich  
auseinandersetzen mit den kleinen und großen  
Freuden des eigenen Lebens. Sich der eigenen  
Freuden (wieder) bewusst werden. Tagesseminar  
mit Helga Wallner-Flöckner, Lebensfreude-Trai-  
nerin. 09:00-17:00 Uhr, € 95,00  
Info: [www.life-emotion-events.de](http://www.life-emotion-events.de)

### [www.die-kunst-zu-leben.de](http://www.die-kunst-zu-leben.de)

Auf unserer Internetseite finden Sie neben der  
aktuellen Ausgabe unter anderem viele  
redaktionelle Beiträge (unter „Lesenswertes“),  
sehenswerte Videoclips auf unserem youtube-  
Videokanal, interessante Partnerlinks sowie  
ein Archiv mit älteren Ausgaben.

## MÄRZ

### MÜNCHEN

■ **Samstag, 07. März**

**Sexualität nach Schwangerschaft und Geburt**

Tagesseminar für Frauen mit Helga Wallner-Flöckner, Lebensfreude-Trainerin. 09:00-17:00 Uhr, € 95,00. Info: [www.life-emotion-events.de](http://www.life-emotion-events.de)

■ **Natürlich suchtfrei! mit der Weiss-Methode.**

Erfolgreich die Sucht nach Zucker, Rauchen oder Alkohol sowie Heißhungerattacken beenden. Ab 10 Uhr. 09676 - 92 30 14, [www.weiss-institut.de](http://www.weiss-institut.de)

■ **Sonntag, 08. März**

**Channeling- Seminar mit Barbara Bessen**

„Ego und das wahre Ich in Einklang bringen“ im Bürgerhaus Pullach (großer Saal). Anmeldung/ Info: Tel. 089 - 39 29 98 01 oder [muenchen@kryon-deutschland.com](mailto:muenchen@kryon-deutschland.com)

■ **Montag, 09. März**

**Vollmond** – 18:47 Uhr

■ **Freitag, 13. März**

**Raus aus der Angst!** Unsere Ängste legen sich wie eine Nusschale um unser Vorwärtskommen, bilden feste Glaubenssätze und bremsen uns damit geschickt aus. Zeit, um aufzuräumen! Meditation mit Silke Wagner, 19:00-20:30, € 10. Info: [www.life-emotion-events.de](http://www.life-emotion-events.de)

■ **Sonntag, 15. März**

**Seelenflügel in Verbindung mit der Seele malen**

Malseminar in München-Schwabing mit Irma Streck: Info: Tel. 08092 - 320 63 87 oder [www.irma-streck.de](http://www.irma-streck.de)

■ **Donnerstag, 19. März**

**Zellgesundheit mit Dr. Tanja Stöcker** – Vortragsreihe: Gibt es ein Geheimrezept für die Regeneration Ihrer Zellen? [www.SpiritCircles.de](http://www.SpiritCircles.de)

■ **Dienstag, 24. März**

**Heilige Geometrie und die Kunst der Zahlen**

Vortrag mit Mathefuturist Jain108 aus Australien [www.SpiritCircles.de](http://www.SpiritCircles.de)

■ **Mittwoch, 25. März**

**Das Mysterium der Zahl 108**

Vortrag mit Mathefuturist Jain108 aus Australien [www.SpiritCircles.de](http://www.SpiritCircles.de)

■ **Freitag, 20. März**

**Heilgespräche mit dem Körper**

Vortrag und Heilmeditation mit Anton Styger. 19-22 Uhr, € 30, Hotel Vier Jahreszeiten, Münchner Straße 17. Infos: [annapurnablauf@web.de](mailto:annapurnablauf@web.de) oder [www.annapurnasshop.de](http://www.annapurnasshop.de)

■ **Samstag, 21. März**

**Unsere Seele verstehen lernen** – Anton Styggers Kindheitserinnerungen, Film und Vortrag. 19:30-21:30 Uhr, € 20, Hotel Vier Jahreszeiten, Münchner Straße 17. Infos: [annapurnablauf@web.de](mailto:annapurnablauf@web.de) oder [www.annapurnasshop.de](http://www.annapurnasshop.de)

### RAUM WEILHEIM

■ **Samstag, 14. März**

**Optimale Vitalstoffversorgung** innerhalb 5 Minuten am Tag; Vitalstoffmessung mit dem BioScan. Vortrag 10-13 Uhr in Weilheim. 0881 - 923 24 24 [naturspiruvital@t-online.de](mailto:naturspiruvital@t-online.de) [www.naturspiruvital.de](http://www.naturspiruvital.de)



### STARNBERG



14. bis 17. Mai 2020  
Bad Kissingen

**Heiligenfelder Kongress  
2020**

Reifung  
individuell - organisatorisch - gesellschaftlich

Akademie   
Heiligenfeld

[www.kongress-heiligenfeld.de](http://www.kongress-heiligenfeld.de)

## Events, Festivals & Kongresse

### MÜNCHEN

■ 17. - 19. Januar 2020

**Yoga World München – Die Mitmachmesse für Yoga und Ayurveda**

Yogastunden, Vorträge und viele Messestände. Drei Tage lang praktizieren, austauschen und Neues entdecken.

MOC, Lilienthalallee 40, München-Freimann

Infos unter [www.yogaworld.de](http://www.yogaworld.de)

### TÖGING AM INN

■ 27. - 29. März 2020

**Spirit am Inn – die alternative Gesundheitsmesse**

Produkte und Dienstleistungen für Geist, Seele und Körper. Alles rund um Gesundheit, alternative Medizin, Therapeuten, geistiges Heilen, Meditation, Klangmassage, sauberes Wasser u.v.m. Vorträge, Workshops und praktische Anwendungen in der Mehrzweckhalle Töging.

Infos unter [www.spiritahminn.de](http://www.spiritahminn.de)

### BAD KISSINGEN

■ 14. - 17. Mai 2020

**Heiligenfelder Kongress 2020 – Thema Reifung** – individuell – organisatorisch – gesellschaftlich. In Vorträgen, Workshops und Dialogen wendet sich der Kongress folgenden Themenfeldern zu: Psychotherapie und Medizin, Wirtschaft, Politik und Gesellschaft, Bildung, Kultur und Musik, Religion und Philosophie, Selbstführung. Unter anderen mit Dr. Franz Alt, Dr. Heinrich Dauber, Evelin Oberleiter, Christian Felber, Dr. Joachim Galuska, Annette Kaiser, Ulla Pfluger-Heist, Dr. Thomas Steininger, Prof. Dr. Bernhard Pörksen, Claudine Villemot-Kienzle, Silvia Wetzel.

Infos unter Tel. 0971 - 84 - 3051 oder [www.kongress-heiligenfeld.de](http://www.kongress-heiligenfeld.de)