

## Erläuterungen zu den Kursen dieser Woche

### **Achtsamkeit – für mich und meine Umwelt**

Wie kann ich gut auf mich achten?  
Impulse, Austausch und Gleichgesinnten und achtsame Innenschau im Raum und in der Natur.  
Themen sind u.a. Achtsamkeit, mentale Gesundheit, gesunde Beziehungen.

### **Aquarell – plein air – Freilichtmalerei**

Bevorzugt unter freiem Himmel malen wir zwischen Meer und Watt.  
*Gern eigenes Material mitbringen; zusätzliches Material kann im Kurs erworben werden.*

### **Buchbinden**

Sie erlernen die Grundlagen des Buchbindens und der künstlerischen Buchgestaltung anhand praktischer Beispiele. *Materialumlage: 5 €/ Tag*

### **Energiewende mit Praxisteil Balkonkraftwerk**

Gemeinsam die Emotionen der realen Klimakrise spüren, Energiewende systemisch verstehen, aber vor allem anpacken: gemeinsam entsteht ein neues Balkonkraftwerk im Klappholtal. Macht Lust zum Nachmachen zuhause!

### **Feldenkrais**

Feldenkrais ist ein wohltuender Weg, um Beweglichkeit, Leichtigkeit und Wohlbefinden im eigenen Körper zu erleben/ wiederzugewinnen. Mit Hilfe kleiner und oft langsam ausgeführter Bewegungen finden wir in den eigenen Rhythmus

### **Gestalten mit Schrift**

ein spielerischer Einstieg in die Grundlagen der Kalligrafie / Handlettering und dem Gestalten mit Handschrift. *Materialumlage: 2,50 €/ Tag*

### **Lachyoga**

Lachyoga als achtsamkeitsbasierte Atempraxis, um Herausforderungen gut gestärkt und mit Gestaltungsfreude zu begegnen.

### **Nachhaltigkeitsplanspiel**

Nachhaltige Unternehmensführung – erlebbar  
Durch selbst getroffene Entscheidungen erleben die Teilnehmenden die Wirkungen ihrer Maßnahmen.

### **Permakultur**

Wir starten mit einer Einführung in das Konzept Permakultur, lernen Gestaltungsprinzipien kennen und legen gemeinsam ein kleines Gartenstück nach dem Motto „Essbarer Nutzgarten“ an.

### **Qi Gong – sanfte Wege zur Gesunderhaltung**

Qi Gong Übungen fördern die Durchblutung, aktivieren die Atmung und regen die Selbstheilungskräfte an. Sie bewirken eine sanfte Dehnung und Kräftigung der Muskulatur und sorgen für mehr Beweglichkeit.

### **Schreibwerkstatt im Freien- dem Moment auf der Spur**

#### **Singen am Morgen**

mit Freude in der Gemeinschaft die eigene Stimme entdecken

**Tanzen am Morgen:** Internationale Volkstänze meditativ – traditionell - rockig

**Zeichnen mit Kohle, Kreiden, Blei- und Farbstiften und Aquarelltechniken in Kombination mit Schrift und Textbildern**  
Materialumlage: 2,50€/ Tag

### **Zwischen Vision und Wirklichkeit - Ein Raum für Reflexion**

Dies ist ein offener Raum. Ein Ein- und Ausstieg ist im Laufe der Woche jederzeit möglich, jeder Termin ist methodisch unterschiedlich gestaltet. Die Anregungen und Eindrücke der Zukunftswoche werden in diesen Treffen gemeinsam reflektiert und weitergedacht.



## Wochenprogramm

Stand: 28.5.2026; Programmänderungen vorbehalten

## Sonntag, 28. Juni - Samstag, 4. Juli 2026

Die Klappholtaler Zukunftswoche steht unter dem Zeichen des Aufbruchs in eine nachhaltige Zukunft. In diesem Jahr wird sie sich mit dem Thema „RealUtopie: Zukunft gestalten zwischen Vision und Wirklichkeit“ befassen.

### Öffnungszeiten Bibliothek: Montag – Freitag von 13:30 – 15:30 Uhr

In der Sommerakademie verzichten wir bewusst auf die Option einer vorherigen verbindlichen Anmeldung und können eine Teilnahme an Ihren Wunschveranstaltungen daher nicht garantieren. Manchmal kommt es vor, dass die Nachfrage sehr groß ist und nicht genügend Plätze in einem Kurs verfügbar sind. In jeder Woche gibt es jedoch eine Vielzahl von Kursen, so dass Sie im Fall der Fälle ein Alternativangebot finden werden.

# Wochenprogramm

## Klappholttaler Sommerakademie

### TÄGLICHES KURSPROGRAMM

Montag, 29. Juni - Samstag, 4. Juli

\* Am Montag entfällt das Tanzen, die übrigen Kurse beginnen um 10:45 Uhr.

08:00 - 09:00 Uhr (Ahlborn) (Dienstag-Freitag)	<b>Singen am Morgen</b> , Leitung: Christian Bechmann
10:00 - 11:00 Uhr * (Ahlborn)	<b>Tanzen am Morgen</b> , Leitung: Renate Neumann
10:00 - 12:00 Uhr * (Nordwest)	<b>Aquarell – plein air - Freilichtmalerei</b> , Leitung: Liane Käs
10:00 - 12:00 Uhr * (Südwest)	<b>Buchbinden</b> , Leitung: Marí Bohley
10:00 - 12:00 Uhr * (Südost)	<b>Gestalten mit Schrift</b> , Leitung: Birgit Nass
11:15 - 12:00 und 12:15 - 13:00 (Ahlborn)	<b>Qi Gong</b> , Leitung: Renate Neumann
11:15 - 12:45 Uhr (Spielhaus)	<b>Achtsamkeit</b> , Leitung: Johanna Katzera
11:15 - 12:45 Uhr (Krähennest)	<b>„Energiewende mit Praxisteil Balkonkraftwerk“</b> Leitung: Arvid Jasper
11:15 - 12:45 Uhr Wäldchen am Labyrinth (bei Regen: Westhaus)	<b>Schreibwerkstatt</b> , Leitung: Sarah Knausenberger
14:15 - 14:45 Uhr (Spielhaus)	<b>Lachyoga</b> , Leitung: Frauke Godat
<b>zwischen 15:00 und 17:00 Uhr</b> Montag- Freitag (Spielhaus)	<b>Teamtreffen „Nachhaltigkeitsspiel“</b>
15:00 - 17:00 Uhr (Meissner)	<b>Zeichnen mit Kohle, Kreiden, Blei- und Farbstiften und Aquarelltechniken in Kombination mit Schrift und Textbildern</b> Leitung: Ulrike Hennecke
15:00 - 17:00 Uhr (Osthaus)	<b>Permakultur</b> , Leitung: Judith Henning
16:30 - 18:00 Uhr (Ahlborn)	<b>Feldenkrais</b> , Leitung: Ewa Alfred
16:30 - 18:00 Uhr (Westhaus) (Samstag von 10:00- 11:00 Uhr)	<b>Zwischen Vision und Wirklichkeit -Ein Raum für Reflexion</b> Leitung: Florin Feldmann und Frauke Godat

### SONDERTERMINE

Montag, 29. Juni  
09:45 - 10:30 Uhr (Ahlborn)

\* **Das Tanzen entfällt, die übrigen Kurse beginnen um 10:45 Uhr.**  
**Einführung in die Zukunftswoche und das Nachhaltigkeitsspiel**  
Leitung: Lukas Fendel/ Volkmar Liebig

Dienstag, 30. Juni  
11:30- 13:00 Uhr (Turnhalle)

**Seminargespräch: Lösungsvorschläge von Vordenkern der Ökonomie**, Leitung: Volkmar Liebig

Mittwoch, 1. Juli  
11:30 - 13:00 Uhr (Turnhalle)

**Seminargespräch: Transformationsszenarien**  
Leitung: Uwe Schneidewind

13:30 - 14:45 Uhr  
(Treff vor der Verwaltung)

**naturkundliche Führung am Klappholttaler Strand**,  
Leitung: Charlie Esser

Donnerstag, 2. Juli  
15:00 - 16:30 Uhr (Turnhalle)

**Die Ressource Wattenmeer erhalten – aber wie?**  
Referentin: Dr. Annika Cornelius

Freitag, 3. Juli  
11:30 - 13:00 Uhr (Turnhalle)

**Seminargespräch: Was ist zu tun? Konsequentes Handeln für eine zukunftsfähige Welt**, Leitung: Niko Paech

17:00 - 18:00 Uhr (Spielhaus)

**Plenardiskussion: Nachhaltigkeitsplanspiel; Übergabe Zertifikate**

### ABENDPROGRAMM

Sonntag, 28. Juni  
20:00 Uhr (Ahlborn)

**Konzertabend zum Auftakt der Sommerakademie**  
„Rays of light“ mit dem Richard Koch Quintett

Montag, 29. Juni  
20:00 Uhr (Ahlborn)

**Vortrag: „Wirtschaft verstehen“ – Ökonomische Prinzipien und Phänomene, die die Welt zusammenhalten oder spalten**  
Referent: Prof. Volkmar Liebig

Dienstag, 30. Juni  
20:00 Uhr (Ahlborn)

**Vortrag: Transformation gestalten – Theorie und Praxis**  
Referent: Prof. Dr. Uwe Schneidewind

Mittwoch, 1. Juli  
20:00 Uhr (Ahlborn)

**Konzertabend: Klangwelten an zwei Flügeln**  
mit Christiane Behn und Emiliano Ramniceanu

Donnerstag, 2. Juli  
20:00 Uhr (Ahlborn)

**Vortrag: Befreiung vom Überfluss – das Konzept der Postwachstumsökonomie**, Referent: Prof. Dr. Niko Paech

Freitag, 3. Juli  
20:00 Uhr (Ahlborn)

**Diskurs über die Welt, in der wir leben und leben wollen**  
Fishbowl-Diskussion mit den Referentinnen und Referenten der Zukunftswoche; Moderation: Prof. Volkmar Liebig

Samstag, 4. Juli  
20:00 Uhr (Ahlborn)

**Tanzabend**, Leitung: Renate Neumann