

## Erläuterungen zu den Kursen dieser Woche

### **Ikebana die japanische Kunst des Blumensteckens**

Wir werden im Einklang mit Ort und Zeit spätsommerliche Ikebana-Arrangements gestalten. Im Mittelpunkt steht dabei „Kado“, der Blumenweg – unser Tun und Sein in diesem Moment in all unserer Präsenz und Achtsamkeit.

### **Literaturseminar**

#### **„Spiele(n) in Literatur und Kultur“**

*Tgl. Buchvorstellung, kurze Lesung, Diskussion*

Friedrich Schiller: Über die ästhetische Erziehung des Menschen

Fjodor Dostojewski: Der Spieler

Johan Huizinga: Homo ludens.

Vom Ursprung der Kultur im Spiel

Hermann Hesse: Das Glasperlenspiel

Roger Caillois: Die Spiele und

die Menschen. Maske und Rausch

Gabrielle Zevin: Morgen, morgen und wieder morgen

*Kenntnis der Texte ist wünschenswert, aber keine Voraussetzung.*

### **Malen mit Acrylfarben**

Mit Fantasie und der Lust am Experimentieren die individuellen gestalterischen Vorlieben entdecken

### **Morgentanz und Tanzabend**

#### ***Meditation des Tanzes - Internationale Tänze***

In diesen Tänzen geht es um die Freude und Leichtigkeit des Seins. Nicht um Perfektion zu erlangen, sondern sich und andere Menschen mehr wahrzunehmen. "Alles wirkliche Leben ist Begegnung"

M. Buber

### **Persönliche Projekte erfolgreich umsetzen**

Methoden und Techniken des Planens

*Grundlagen – Vorgehensmethodik –*

*Zielbildung – Projektplanung – Projekt-*

*steuerung – Risikomanagement – Übungen*

Mit den erlernten Methoden und Techniken können Sie Ihre Projekte leichter zum Erfolg bringen. Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene.

### **Qi Gong für alle Lebensalter**

#### **Schreibwerkstatt -Sehen heißt ändern**

Wer geht, sieht die Welt genauer und ist mit Eingebungen verbunden, die sich im Sitzen nicht einstellen.

Wir beginnen das Seminar mit einem Austausch darüber, was eigentlich Sehen ist. Ein Text entsteht aus dem, was das Sehen in uns selbst thematisiert.

Im Seminar sprechen wir intensiv über das neu errungene Sehen und schauen genau auf den Text und sein Thema, auf die Gestalt, die entstehen will – ich leite Sie an und helfe beim Finden der richtigen Form und Vertiefung.

### **Singen am Morgen**

Zum Start in den Tag machen wir ein leichtes stimmliches "Warm up" und singen Lieder aller Genres vom Volkslied, Evergreen, Gospel bis zum Popsong.

### **Yoga**

Wir starten in den Tag mit leichten, einführenden Bewegungs-, Atem- und Entspannungsübungen aus dem traditionellen Hatha-Yoga und erleben dadurch die Weisheit unseres Körpers.

# Akademie am Meer

## Klappholttal auf Sylt

Stand: 9.5.2024; PROGRAMMÄNDERUNGEN VORBEHALTEN



## Wochenprogramm

## Klappholttaler Sommerakademie

**Montag, 19. August bis Samstag, 24. August 2024**

Öffnungszeiten Bibliothek: Dienstag – Sonntag von 13:30 -15:30 Uhr (Montag Ruhetag)

## Wochenprogramm Klappholttaler Sommerakademie

### Montag, 19. August bis Samstag, 24. August - tägliches Kursprogramm -

- 08:00 – 09:00 Uhr** (Ahlborn) **Singen am Morgen**  
mit Susanne Moldenhauer
- 08:00 – 09:00 Uhr** (Turnhalle) **Qigong für alle Lebensalter**  
mit Dr. Undine Eberlein
- 09:45 – 11:15 Uhr** (Ahlborn) **Yoga** mit Norbert Struck
- 09:45 – 11:15 Uhr** (Turnhalle) **Internationale Tänze und Meditation des Tanzes** mit Holger Ulatowski
- 11:30 – 13:00 Uhr** (Osthaus) **Ikebana – die japanische Kunst des Blumensteckens**  
mit Dr. phil. Dorothee Gommen-Hingst
- 11:30 – 13:00 Uhr** (Spielhaus) **Spiele(n) in Literatur und Kultur**  
**Buchvorstellung - kurze Lesung- Diskussion**  
mit Dr. Undine Eberlein und  
Helmut Fallschessel M.A.

#### MITTAGSPAUSE

- 15:00 – 16:30 Uhr** (Westhaus) **Persönliche Projekte erfolgreich umsetzen**  
**-Was wir von Psychologie und Projektmanagement für unsere persönlichen Vorhaben lernen können**  
mit Andreas Führer
- 15:00 – 16:30 Uhr** (Südwest) **Schreibwerkstatt -Sehen heißt ändern**  
mit Marica Bodrožić
- 15:00 – 17:00 Uhr** (Nordhaus) **Experiment und Fantasie – Malen mit Acrylfarben** mit Stephan Winkler  
(Materialkosten nach Absprache)

### Abendprogramm

- Montag, 19. August**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn) **Vortragsreihe: Musik erleben, Teil 1**  
**Das kreative Hören** (mit Gunter Pretzel)
- Dienstag, 20. August**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn) **Tanzfest: Internationale Tänze und Meditation des Tanzes**  
mit Holger Ulatowski
- Mittwoch, 21. August**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn) **Lesung oder Vortrag**
- Donnerstag, 22. August**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn) **Vortragsreihe: Musik erleben, Teil 2**  
**Musik und Spiel** (mit Gunter Pretzel)
- Freitag, 23. August**  
**20:00 Uhr** (Ahlborn) **Konzert zum Abschluss der Sommerakademie**

Weitere Informationen zu den Konzerten entnehmen Sie bitte den Flyern, die am jeweiligen Abend am Eingang des Ahlborn Saals ausliegen.