

# Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich unter Anerkennung der Allgemeinen Geschäftsbedingungen zur Veranstaltung an:

Titel \_\_\_\_\_

VA-Nr. \_\_\_\_\_ vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

- Vormerkung für Einzelzimmer.  
Auf Wunsch ist eine Unterbringung im Einzelzimmer möglich.  
Verfügbarkeit vorausgesetzt (Zuschlag 12,- EUR pro Nacht).
- Ich biete eine Mitfahrgelegenheit an und stelle meine Telefonnummer zur Weitergabe zur Verfügung.
- Ich suche eine Mitfahrgelegenheit und frage ein paar Tage vor Veranstaltungsbeginn nach.

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ, Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

## ZAHLUNGSWEISE

- Den Kostenbeitrag lege ich als Verrechnungsscheck bei.
- Ich ermächtige Sie, den Kostenbeitrag in Höhe von EUR \_\_\_\_\_ für o.a. Veranstaltung von meinem Konto einzuziehen.

KontoinhaberIn \_\_\_\_\_

Kontonummer \_\_\_\_\_

BLZ, Geldinstitut, Ort \_\_\_\_\_

Datum, Unterschrift \_\_\_\_\_

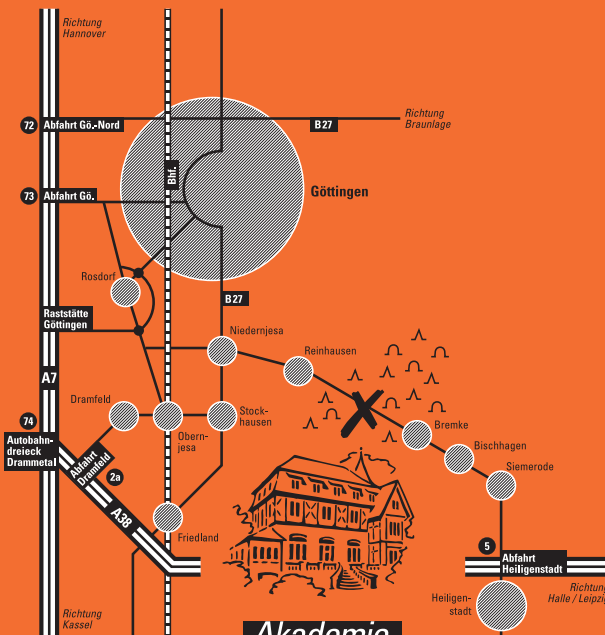
# Anreise

Vom **Bahnhof** Göttingen fährt eine Omnibuslinie direkt zum Waldschlösschen (Richtung Duderstadt, Linie 155) Fahrzeit ca. 24 Minuten.  
Werktags: 6.25 / 7.35 / 9.35 / 11.35\* / 12.30\*\* / 12.50\* / 13.35 / 15.50 / 16.40 / 17.35 / 18.35 / 19.35 Uhr.  
Samstags: 8.35 / 10.35 / 12.35 / 13.35 / 15.30 / 19.30 Uhr.  
Sonn- und Feiertags: 11.30 / 15.30 / 19.30 Uhr.

Ab **Waldschlösschen** zum Bahnhof Göttingen:  
Werktags: 5.24 / 6.19 / 6.47\* / 6.49 / 7.44\* / 8.54 / 10.54 / 12.54\*\* / 13.09\* / 13.54\*\* / 14.09\* / 15.06\*  
16.04 / 17.54 Uhr.  
Samstags: 6.54 / 8.54 / 10.54 / 11.54 / 12.54 / 20.56 Uhr.  
Sonn- und Feiertags: 12.56 / 16.56 / 20.56 Uhr.

\*nur an Schultagen \*\* in den Ferien und an schulfreien Tagen  
Abfahrtszeiten ohne Gewähr. Buszeiten auch unter [www.vsninfo.de](http://www.vsninfo.de).

Über die **Autobahn A7** (Kassel-Hannover): BAB-Raststätte Göttingen (von Norden), von Süden: Dreieck Drammatal (A38) – Ausfahrt Dramfeld (2a) – auf Wegweiser Richtung Dramfeld / Stockhausen achten! Über die A38 aus Richtung Halle/Leipzig und Nordhausen: Abfahrt Heiligenstadt Richtung Göttingen.



**Akademie**  
**waldschlösschen**

Bildungs- und Tagungshaus  
37130 Reinhausen bei Göttingen  
Tele 0 55 92 fon 92 77-0 fax 92 77-77  
[info@waldschloessen.org](mailto:info@waldschloessen.org)  
[www.waldschloessen.org](http://www.waldschloessen.org)

**Akademie**

**waldschlösschen**

# Workshops für Schwule

Gesundheit  
Selbstreflexion  
Entspannung



**2012**

Sommer / Herbst

15.-17.06.2012 VA-Nr. 2533

## Liebe und Partnerschaft: Ich lasse mich finden!

Wachst Du am Morgen mit dem idealen Partner auf? Teilst Du Dein Leben mit einem Menschen, der zu Dir passt? Möchtest Du der bestehenden Beziehung eine neue Richtung geben? Auch wenn es im Bauch kribbelt, Liebe entsteht im Kopf. Im Magen flattern Schmetterlinge, das Herz schlägt schneller, Rastlosigkeit erfasst Körper und Geist. Liebe weckt ungeahnte Energien. Obwohl Frischverliebte wenig Appetit haben, könnten sie Bäume ausreißen und brauchen kaum Schlaf. In diesem Workshop wirst Du herausfinden, mit wem Du glücklich wirst und wie Du diesen Menschen kennen lernen kannst, um ein gemeinsames, aufbauendes und konstruktives Leben zu gestalten. Der Workshop gibt Dir Klarheit über Deine Wünsche und Bedürfnisse innerhalb einer Partnerschaft. So wird es Dir leichter fallen, den richtigen Partner anzuziehen. Ausserdem wirst Du einen besseren Zugang zu Deiner Intuition bekommen, die Dir den richtigen Weg weist, diesem besonderen Menschen zu begegnen. Der Workshop richtet sich an Singles und Paare.

Freitag 18:00 bis Sonntag 14:30 Uhr

Päd. Leitung: Wolfgang Vorhagen

Doz.: Anselmo Maestrani, Personalfachmann, Dipl. Mentaltrainer, Tätigkeit als Personalassistent und Human Resources Manager in namhaften Unternehmen, Zürich

210,- EUR

22.-24.06.2012 VA-Nr. 2647

## Die Kunst des Berührens

### Seminar für schwule Paare

Dieses Seminar bietet schwulen Paaren die Chance, sich in ihre Beziehung neu zu erleben. Die Gewohnheit und der Alltag entwöhnen die Partner häufig voneinander und lassen vergessen, was miteinander möglich ist. Übungen, die in die eigene Mitte und in die Ruhe führen, helfen, sich dem Partner und dem eigenen Erleben neu

zu öffnen. Über die Wege der Berührung – verschiedene Formen der Massage, körpertherapeutische Elemente und Meditationen – kann intensive Nähe, Geborgenheit und ein Mehr an Sinn und Sinnlichkeit entstehen, ein tiefes Berühren auf allen Ebenen. Eingeschlossene Verhaltensweisen und Alltags-Rituale können so durchbrochen werden. Die Teilnehmer bekommen Möglichkeiten an die Hand, ihrem gemeinsamen Erleben neue Impulse zu setzen.

Freitag 18:00 bis Sonntag 14:30 Uhr

Päd. Leitung: Wolfgang Vorhagen

Doz.: Heiko Scheibig, Heilpraktiker und Körpertherapeut, Hamburg  
210,- EUR

05.-08.07.2012 VA-Nr. 2511

## Wohlfühlseminar für schwule Männer

### Verwöhnen, entspannen, abschalten

Hier hast du die Gelegenheit, deinem stressigen Alltag den Rücken zu kehren und dich von anderen Männern verwöhnen zu lassen. Du lernst verschiedene Entspannungsmethoden kennen, die leicht erlernbar und im Alltag anwendbar sind. Dazu gehört u.a. die Progressive Muskelentspannung (nach Jacobsen), die durch gezieltes Anspannen und Lockern einzelner Muskelgruppen eine verbesserte physische wie psychische Entspannung ermöglicht. Die Fantasiereise wird dich in eine Phase der Tiefenentspannung überführen. Die Gesichtsmaske hat neben einem reinigenden auch einen wohltuend beruhigenden Effekt auf Körper, Geist und Seele. Übungen zum bewussten Atmen und verschiedene Formen der Massage machen Verspannungen bewusst und lösen sie. Die abendliche Sauna entspannt und verleiht dir die nötige Bettschwere. Partnerübungen, Musik, Bewegung und eine Wanderung in die schöne Gegend rund um das Waldschlösschen runden die erholsame Zeit ab.

Donnerstag 18:00 bis Sonntag 14:30 Uhr

Päd. Leitung: Wolfgang Vorhagen

Doz.: Andreas Lühr, Studienrat, Theaterpädagoge, Berlin

275,- EUR

20.-22.07.2012 VA-Nr. 2648

## „Der Ton der Klangschaale bringt die Seele zum Schwingen“

### Ein Wohlfühlwochenende mit Klangmassage für Schwule

Die harmonischen Klänge und sanften Schwingungen von Klangschaalen und Gongs laden zu geistiger und körperlicher Entspannung und Regeneration ein. Sie bewirken ein angenehmes Körpergefühl sowie eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, die unser „Urvertrauen“ stärkt und die Basis für eine Neubelebung der Selbstheilungskräfte bildet. An diesem Wochenende arbeiten wir mit Elementen der Peter Hess-Klangmassage, einer sanften, dabei hochwirksamen Entspannungsmethode, der Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zugrunde liegen, die schon in der alten indischen Heilkunst Anwendung fanden. Gegenseitige Klangmassagen, Atem-, Körper- und Wahrnehmungsübungen mit Klang runden das Programm ab. Bitte bequeme Kleidung, warme Strümpfe, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen!

Freitag 18:00 bis Sonntag 14:30 Uhr

Päd. Leitung: Wolfgang Vorhagen

Doz.: Andreas Hüne, Dipl.-Sozialpädagoge, Heilpraktiker für Psychotherapie und Peter Hess-Klangtherapeut, Hannover

210,- EUR

14.-16.09.2012 VA-Nr. 2604

## Die Lust am Bild

### Fotoworkshop mit dem Fotografen Ingo Taubhorn

Fotografie beeinflusst unser Leben, vermittelt und erzeugt in uns Bilder, erreicht uns auf vielfältige - und nicht immer bewusste - Weise und ist ein Teil dessen, was wir als Realität wahrnehmen. Um so spannender ist es, wenn wir uns selbst als Fotografen betätigen, unsere Wahrnehmung der Außenwelt und unseren Blick auf die Realität mit unserem ästhetischen Anspruch auf Bildern festhalten und mit anderen schwulen Männern darüber kommunizieren. In diesem Workshop wollen

wir mit viel Praxis und in der Reflexion unserer Lust am Fotografieren folgen. Außerdem werden auch einzelne Bereiche der Geschichte der Fotografie berührt und vorgestellt. Auch diesmal liegt u.a. ein Schwerpunkt des Seminars auf der Portrait- und der Aktfotografie. Bitte die eigene Fotoausrüstung (digital oder analog) mitbringen!

Freitag 18:00 bis Sonntag 14:30 Uhr

Päd. Leitung: Wolfgang Vorhagen

Doz.: Ingo Taubhorn, Fotograf, Ausstellungen im In- und Ausland, Künstler und Kurator, Hamburg und Berlin

210,- EUR

26.-28.10.2012 VA-Nr. 2539

## Vom Umgang mit mir selbst

In der heutigen Zeit sind viele gestresst und überfordert mit den Anforderungen des Alltags. Glücklich sein und die Freude an einfachen Dingen fällt uns schwer. Die tägliche Tretmühle macht uns müde und wir spüren keine Verbindung mehr zu uns selbst. An diesem Wochenende lernen wir zahlreiche Techniken, wie wir wieder unsere Balance finden, in stressigen Situationen die innere Ruhe spüren und mit Problemen gelassen umgehen können. Wir erlernen verschiedene Entspannungstechniken und Körperübungen, die uns Kraft und Ausgeglichenheit im Alltag geben. Wir werden uns mit achtsamen Berührungen und Massagetechniken gutes tun und uns über verschiedene Themen, die uns bewegen auf eine besondere Art und Weise austauschen. Wir unternehmen bewusste Wanderungen und erleben die Natur auf eine neue Art.

Freitag 18:00 bis Sonntag 14:30 Uhr

Päd. Leitung: Wolfgang Vorhagen

Doz.: Patrick Attia Rieger, Dipl. Kaufmann, Massagetherapeut, Yoga- und Meditationslehrer, Berlin

205,- EUR

## Gesundheit, Selbstreflexion, Entspannung

Die Inhalte dieser Workshops machen die Vielfalt von schwulen Lebenskonzepten erfahrbar. Workshops und Seminare thematisieren Möglichkeiten und Grenzen der Identität sowie die Lust, sie zu überschreiten. Ziel ist, eine gesunderhaltende Lebensweise zu fördern sowie Unterstützung beim eigenen Lebensentwurf jenseits jedweder »Normalität« zu bieten. Methoden der Selbsterfahrung ermöglichen in geschütztem Rahmen intensive Auseinandersetzungen mit interessanten Menschen. Dabei können persönliche Fähigkeiten entdeckt, angenommen und erweitert werden.

## Anmeldung, Rücktritt

Anmeldungen bitte mit beiliegendem Anmeldeformular schriftlich an die Akademie Waldschlösschen oder online unter [www.waldschloesschen.org](http://www.waldschloesschen.org). Gem. § 2 der Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Stiftung Akademie Waldschlösschen behalten wir bei Rücktritt ein: • bis 6 Wochen vor Anreise: Bearbeitungsgebühr von EUR 15,35; • bis 3 Wochen vor Anreise: 50% des Teilnahmebeitrages; • bis 1 Woche vor Anreise: 80% des Teilnahmebeitrages; • bis 3 Tage vor Anreise: 90% des Teilnahmebeitrages • danach 100% des Teilnahmebeitrages.

Im Preis sind die Unterbringung im Doppelzimmer und Verpflegung enthalten. Auf Wunsch ist eine Unterbringung im Einzelzimmer möglich - Verfügbarkeit vorausgesetzt (Zuschlag: 12,- EUR pro Nacht).

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen können im Internet unter [www.waldschloesschen.org](http://www.waldschloesschen.org) oder im Jahresprogramm eingesehen werden.

### Nähere Informationen:

Wolfgang Vorhagen

Fachbereichsleitung

Tele 0 55 92 fon 92 77-21 fax 92 77-77

[wolfgang.vorhagen@waldschloesschen.org](mailto:wolfgang.vorhagen@waldschloesschen.org)



Qualitätstestiert bis 22.11.2015

