

Programm-Entwurf

Autumn Shift Connectival 2022

Mittwoch

21. Sep. 22

Ankommen und Platz verschönern

Zeit Ort	Agora [150m ²]	Herbstzelt [96m ²]	Flauschjurte	Kraftort	Anderes
15:00 - 18:00	kleine Missionen zum Ankommen / Platz verschönern / Erntedank-Altar				Check-In
18:00 - 19:30	☪ Abendessen				
19:45 - 20:15	☉ Kurzer Abendkreis - Gemeinsam in den Tanz starten				
20:15 - 22:00	🔊 Ecstatic Dance mit ?				
22:00 - 23:00	🎸 Konzert mit Daniel Seip / Mia Luz?				
23:00 - 01:00					

Donnerstag

22. Sep 22

Ernte

Zeit Ort	Agora [150m ²]	Herbstzelt [96m ²]	Flauschjurte	Kraftort	Anderes
08:30 - 10:00	Yoga mit ?	Meditation mit ?	-	-	☪ Frühstück (08:15 bis 10:30)
10:45 - 12:15	☉ Morgenkreis, Gruppenzeit, Connection Games				
12:15 - 12:45	▲ Triaden-Sharing (gegenseitig Präsenz schenken in Dreiergruppen)				

13:00 - 14:45	Improtheater und Contact-Impro (Jorma & Julia)?	?	-	Regenerative Breathwork (Rouven & Mäx)?	-
15:00 - 16:00	☘ Mittagspause, Snackbuffet, Stille in bestimmten Bereichen (15:00 bis 16:00)				Check-In
16:00 - 17:45	○ Eröffnungskreis, Beginn der Equinox-Reise, Kennenlernen				
18:00 - 19:30	☘ Abendessen				
19:45 - 20:00	○ Kurzer Abendkreis - Gemeinsam in den Tanz starten				
20:00 - 22:00	🔊 Ecstatic Dance mit Worldmukka?				
22:00 - 23:00	🎵 Konzert mit Sema, Michi & Clara				
23:00 - 00:00					
ab 00:00	DJ Set auf Funkkopfhörern?		🎧 F.Lauschkonzert mit Daniel Seip / Mia Luz?		

Freitag

23. Sep. 22

Dankbarkeit

Zeit Ort	Agora [150m ²]	Herbstzelt [96m ²]	Flauschjurte	Kraftort	Anderes
08:30 - 10:00	Embodied Flow Yoga (Katrin Fees)?	Voice Activation (Sema)	-	-	☘ Frühstück (08:15 bis 10:30)
10:45 - 12:15	○ Morgenkreis, Gruppenzeit, Connection Games				
12:15 - 12:45	▲ Triaden-Sharing (gegenseitig Präsenz schenken in Dreiergruppen)				
13:00 - 14:45	Umweltsomatik oder Contact Impro (Katja Bahini)?	Wheel of Consent (Lucy)	Die Pflanze und der Mensch (Sarah)?	Authentic Relating Games (Ben & Lux)?	-
15:00 - 16:00	☘ Mittagspause, Snackbuffet, Stille in bestimmten Bereichen (15:00 bis 16:00)				

16:00 - 17:45	Standing with the Earth (Lu)?	Authentic Relating Games (Ben & Lux)?	Brustmassage (Anna R.) ?	Regenerative Breathwork (Rouven & Mäx)?	Hängematten Massage "Wie ein Blatt zu Boden schwebt" (Jörg)
18:00 - 19:15	🍷 Abendessen - vor Kakao-Zeremonie. Bitte nur eine kleine/mittlere Portion essen, wenn du mittrinken willst.				
19:30 - 20:15	🕒 Abendkreis mit 🍷 Kakao-Zeremonie				
20:15 - 22:00	🎧 Somatic Mystery Dance mit Zuzu (und zerem. Kakao)				
22:00 - 23:00	🎵 Konzert mit Inner Echoes!				
23:00 - 00:00					
ab 00:00	🎧 Organic Downtempo auf Funkkopfhörern (Charly & Fritz)?		🎧 F.Lauschkonzert mit Evinka!		

Samstag

24. Sep. 22

Essenz

Zeit Ort	Agora [150m ²]	Herbstzelt [96m ²]	Flauschjurte	Kraftort	Anderes
08:30 - 10:00	Yoga Flow (Ina)?	?	Raum für Meditation (Rasmus)	-	🍷 Frühstück (08:15 bis 10:30)
10:45 - 12:15	🕒 Morgenkreis, Gruppenzeit, Connection Games				
12:15 - 12:45	▲ Triaden-Sharing (gegenseitig Präsenz schenken in Dreiergruppen)				
13:00 - 14:45	PlayFull (David)	Umweltsomatik oder Contact Impro (Katja Bahini)?	Workshop rundum Sexualität (Katja Deborah)?	Kundalini Yoga (Lucy)	-
15:00 - 16:00	🍷 Mittagspause, Snackbuffet, Stille in bestimmten Bereichen (15:00 bis 16:00)				

16:00 - 17:45	Thai-Yoga-Massage (Jörg oder Stefan Ramji)?	Rosenzeremonie (Sarah)	Voice Activation (Sema)	Tibetisches Heil-Yoga (Anna R.)	-
18:00 - 19:30	🍷 Abendessen				
19:45 - 20:00	🕒 Kurzer Abendkreis - Gemeinsam in den Tanz starten				
20:00 - 22:00	🔊 Ecstatic Dance mit Sub-Till!				
22:00 - 23:00	🎤 Konzert mit AHAWA!				
23:00 - 00:00					
ab 00:00	🎧 Live-Set Sakuro?		🎧 F.Lauschkonzert mit Riccardo Ferrara!		

Sonntag

25. Sep. 22

Integration & Abschied

Zeit Ort	Agora [150m ²]	Herbstzelt [96m ²]	Flauschjurte	Kraftort	Anderes
09:00 -10:30	Vinyasa Yoga (Katja Deborah)	Thai-Yoga-Massage (Jörg oder Stefan Ramji)?	Raum für Meditation (Rasmus)	Integrating Self-Discovery (Andela)?	🍷 Frühstück (08:15 bis 10:30)
11:00 - 12:30	🕒 Abschlusskreis, Integration & Abschiedsritual				
12:30 - 13:00	▲ Letztes Triaden-Sharing				
13:15 - 15:00	🔊 Abschieds-Dance mit Alma Yui				
	🎤 Mitsingkonzert mit Sema, Lu & Marlon ?				

16:00 - 17:00	Stille Stunde
17:30 - 18:00	Abbau-Besprechung für alle Abbau-Helfer:innen
18:00 - 21:00	Beginn Abbau (nur noch Abbau-Team auf dem Gelände)
ab 21:00	Abendessen und freier Abend am Lagerfeuer 🕯