

A photograph of a couple embracing outdoors. The woman is in the foreground, seen from the side, with her hair in a bun. The man is behind her, also seen from the side, with a beard and a patterned shirt. In the background, another man with a beard is visible, looking towards the couple. The overall tone is warm and intimate.

PROGRAMMHEFT



CONNECTIVAL

primal presence · primal body

18. - 22. JUNI 2025

IM SAARLAND



# INHALTSVERZEICHNIS

*Dieses Programmheft kann sich noch verändern. Die neueste Version findest Du hier:*

 25-06 Programmheft

## Workshops

|                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------|----|
| The Grounding Liason (Anne Maria Popanda)                        | 2  |
| Rituals of Intimacy (Anne Maria Popanda)                         | 2  |
| Playfight (Michael Gerber & Daniel Mandel)                       | 3  |
| Skan in Gruppen (Daniel Mandel)                                  | 4  |
| Voice & Womb – Sensual Dance & Sounding (Sara Lonsdorfer)        | 4  |
| Somatic Embodiment Journey (Felix Lariska)                       | 5  |
| Somatic Dance - Let me be in my primal essence (Jessica Skiba)   | 5  |
| Da Sein (Anton Casagrande)                                       | 6  |
| Die Präsenz der Stille (Padma Bartsch)                           | 6  |
| Achtsamer Massage-Austausch (Florian Engel)                      | 7  |
| Thai Yoga Massage (Anna Steinbach)                               | 7  |
| Bodywork (Lucia Müßig)                                           | 8  |
| Journey to your voice (Eduard Flemmer)                           | 8  |
| Feel your voice in body and soul (Patrick Wings)                 | 9  |
| Haywarikuy – Zeremonie für Pachamama (Iris Wangermann)           | 10 |
| Systemische Körperpsychotherapie nach Pesso (Martin Pellmann)    | 10 |
| Männerkreis (Aaron Kaay & Kemal Khan)                            | 11 |
| Grenzen setzen & halten - die Kraft der Präsenz (Yasmin Dressen) | 12 |
| Natürliche Präsenz & Hautpflege aus der Natur (Yasmin Dressen)   | 12 |
| Authentische & nährnde Körperverbindung (Mel Psaltopoulos)       | 13 |
| Primal Energy – Deine sexuelle Lebenskraft (Sebastian Raber)     | 14 |

**Morgenangebote** 15

**Abendprogramm** 18

# WORKSHOPS

## The Grounding Liason (Anne Maria Popanda)

Uns zu erden, ist wahrscheinlich eines der unterschätztesten "Tools", wenn es um unsere emotionale und spirituelle Entwicklung geht.

In diesem Workshop werden wir runterfahren, entschleunigen, unserem Nervensystem lauschen und von diesem „Ort“ aus in somatisches, spielerisches, nährendes und sinnliches Miteinander fließen.

## Rituals of Intimacy (Anne Maria Popanda)

Rituale verleihen unseren Handlungen bewusste Intentionalität und symbolische Tiefe. In diesem Workshop werden wir verschiedene Rituale nutzen, um unsere Wahrnehmung zu öffnen und uns mit uns selbst, unserem Gegenüber, dem Kollektiv, der Umgebung und dem Spirit zu verbinden. So kann ein inniges (tantrisches) Erleben entstehen – voller Präsenz, Lebendigkeit und Tiefe.



### Über Anne Maria:

Anni ist Bodyworkerin, Gestalttherapeutin, Yogalehrerin & Facilitator im Bereich Embodiment, Selbsterfahrung & Sinnlichkeit (von Tantra bis Conscious Kink). Sie ist „nerdy“, wenn es darum geht, menschliches Sein und zwischenmenschliche Verbindungen in ihrer Komplexität immer tiefer zu erforschen. Sie liebt Tanz, Natur und gutes Essen.

[aditibodywork.de](http://aditibodywork.de) | [cologne.touchandplay.org](http://cologne.touchandplay.org)

## Playfight (Michael Gerber & Daniel Mandel)

Im Playfight schaffen wir einen besonderen Raum der Begegnung. In diesem Format kommen wir im Kreis zusammen und bezeugen mehrere hintereinander ablaufende 1:1-Begegnungen zwischen zwei oder mehreren Personen. In diesen Begegnungen verwenden wir fast keine Worte, sodass unsere Körper und Stimmen die Kommunikation übernehmen und den Kontakt gestalten. Manche dieser Begegnungen entwickeln sich tänzerisch-verspielt fast ohne Körperkontakt, andere Begegnungen münden im Kuscheln, herumrollen, wieder andere gipfeln in verschwitzten Kontakten von Stärke und Agilität. Das Format des Playfights bietet die Möglichkeit, sich unmittelbar kennenzulernen und in seiner Verletzlichkeit, Hingabe, Schönheit und Kraft zu erleben.



### Über Michael:

Ich tauche für mein Leben gerne in co-kreative Begegnungsräume ein, die lebendige Kommunikation, Verbindung und sich-zeigen-können vereint. Dabei kultiviere ich eine Haltung der inneren Präsenz. Playfight ist für mich eine Reise zu einem sehr wachen, menschlichen Zentrum und einem Ort meiner Experimentierfreudigkeit und Kraft.

### Über Daniel:

Daniel begleitet seit mehreren Jahren Menschen auf ihren Wegen und hat eine Doktorarbeit zum Thema des Miteinander Sprechens geschrieben. Er eröffnet in seiner Arbeit Raum für Kontakt, Spiel und Körpersensation. Für Daniel stehen Menschlichkeit, Vertraulichkeit sowie die Hochachtung vor den jeweiligen Prozessen an erster Stelle.

*daniel-mandel.de | @praxis\_gestalt\_und\_koerper*

## Skan in Gruppen (Daniel Mandel)

Skan kommt aus der Sioux-Sprachfamilie und bedeutet: Das, was sich bewegt. In diesem Workshop ermöglichen wir Bewegungen, die ihre theoretische Rahmung in der Vegetotherapie von Wilhelm Reich finden. Es geht darum, Verspannungen, Gefühle und Panzerungen, die wir uns im Laufe unseres Lebens zulegen, in Bewegung und in Kontakt zu bringen. Gemeinsam in der Gruppe explorieren wir Atemtechniken, Bewegungs- und Kontaktangebote. Kurz gesagt, wir feiern unsere ganz eigene Lebendigkeit.

### Über Daniel:

*siehe oben*

## Voice & Womb – Sensual Dance & Sounding (Sara Lonsdorfer)

Ich lade Dich ein, durch sinnliche Bewegung und intuitive Klänge den Schoßraum als Quelle Deiner Kraft zu öffnen und Deinen eigenen Ausdruck zu erforschen. Über Körper und Stimme schaffen wir Verbindung zu Deinem inneren Raum und lassen so Deine Ur-Stimme lebendig werden. Dabei wird der Ort Deiner Gebärmutter zu einem kraftvollen Ort, an dem Deine Lebendigkeit in voller Tiefe spürbar wird.



### Über Sara:

Sara Lonsdorfer ist Yogalehrerin und Mitgründerin von Mani Yoga in Trier. Ihre Arbeit vereint körperorientierte Praxis, Somatic Movement, therapeutisches Schreiben und Singen – als Einladung, die eigene Stimme zu finden und von innen nach außen zu leben. In ihren Räumen entstehen Verbindung, Tiefe und der Mut, dich selbst wirklich zu spüren.

*mani.yoga | @zzzsarae.yoga*

## Somatic Embodiment Journey (Felix Lariska)

Erfahre die Prinzipien der Elemente (Feuer, Erde, Wasser, Luft) zusammen mit Bewegung und aktiver Meditation.. Begleitet von Musik und gezielter Anleitung kannst Du Dich öffnen, treiben lassen und Dir Raum geben, das volle Spektrum Deiner selbst zu spüren. Hier kannst Du tief in die Instinkte Deines “primal body” eintauchen.



### Über Felix:

Felix lebt und arbeitet seit 2018 in bewussten Gemeinschaften als Musiker, Space Holder & Facilitator. Seine Erfahrungen in Retreats mit Psychedelica, Yoga, Meditation, Breath Work, Männerkreisen und Ecstatic Dance haben ihn immer weiter in die Richtung der somatischen Integrationsarbeit gebracht.

## Somatic Dance - Let me be in my primal essence (Jessica Skiba)

Gemeinsam erforschen wir, wie sich Dein natürlicher Ausdruck anfühlt, wenn Du Dich ganz von innen heraus bewegst. Durch Impulse aus dem Somatic Movement, Primal Movement, der Tanztherapie, und Tanzimprovisation sowie einer schamanischen Trommelreise erforschen wir die Verbindung zu unserem instinktiven Körperwissen.



### Über Jessica:

Leidenschaftliche Tänzerin, Tanzpädagogin, angehende Tanztherapeutin, durch und durch Lebenskünstlerin, Energiearbeiterin, Mondfrau, Raumhalterin für Kakao Zeremonien und Räume, in denen jedes Wesen dazu eingeladen ist, zu fühlen, sich zu spüren und sich innerlich und äußerlich neu auszurichten.

## Da Sein (Anton Casagrande)

Dir Deiner Essenz - Deines Seins - bewusst zu sein, bedeutet Da Sein. Die Erkenntnis, in jedem Aspekt Deines körperlichen Ausdrucks zu leben, befreit Dich und Deinen Körper von Deinem konditionierten Selbstbild. Lasst uns gemeinsam auf die Reise zu unserer allgegenwärtigen Essenz gehen.



### Über Anton:

In meiner Arbeit lade ich seit 5 Jahren Menschen zum Loslassen und DaSein ein. Ich habe das Projekt DaSein gegründet und gebe Retreats, Seminare und IONIS. Die Form - die Arbeit - entsteht dabei von selbst aus dem Da Sein, aus Liebe, Leichtigkeit und Lebensfreude.

*projekt-dasein.de*

## Die Präsenz der Stille (Padma Bartsch)

Wir gehen in die Stille und widmen uns der Frage, wie wir die wertvolle Zeit auf der Erde verbringen möchten. Werte dienen dabei als Kompass und helfen uns, uns immer wieder auszurichten. Die Präsenz der Stille ist ein Workshop, um unserem Handeln mehr Richtung zu geben, für eine höhere Sinnerfüllung und Zufriedenheit im Leben.

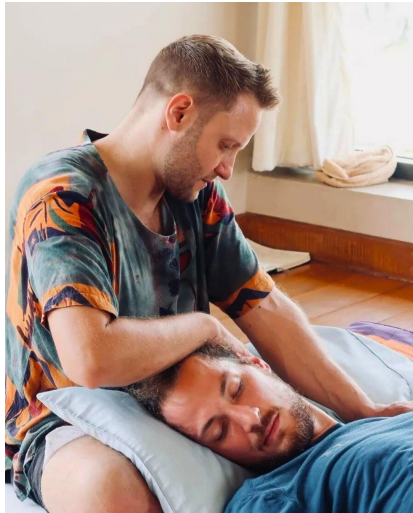


### Über Padma:

Ich bin ganzheitliche Gesundheitsberaterin für Ernährung, Lebensstil und mentales Wohlbefinden, mit Schwerpunkt auf psychischer Flexibilität und Psychosomatik. Meine Arbeit basiert auf Ayurveda und wird durch moderne psychologische Ansätze, buddhistische Philosophie und Naturrituale ergänzt.

## Achtsamer Massage-Austausch (Florian Engel)

Wir schaffen einen sicheren und achtsamen Raum für Berührung und üben offene und respektvolle Kommunikation: Was wünscht sich die empfangende Person? Welche Grenzen gilt es zu wahren? Im respekt- und vertrauensvollen Austausch mit einer anderen Person könnt ihr eure Berührungserfahrung gemeinsam gestalten.



### Über Florian:

Als Psychologe & Coach habe ich gelernt, wie wichtig es ist, den Körper in Heilungsprozesse einzubeziehen. Auf meiner Reise in die Körperarbeit habe ich tantrische Massage, Thai-Massage, Dearmouring & Tiefengewebsmassage erlernt und verbinde sie mit Elementen aus meiner Meditations- und Yogapraxis. Meine Arbeit ist geprägt von Einfühlsamkeit, Achtsamkeit & einem sicheren Raum.

## Thai Yoga Massage (Anna Steinbach)

Erlebe die Kraft achtsamer Berührung mit Thai Yoga Massage. Durch sanfte Dehnungen, fließende Bewegungen und bewusste Präsenz entsteht ein Raum für Entspannung und echte Verbindung. Eine meditative Praxis, die Körper und Geist in Balance bringt. Komm gerne allein oder mit Partner\*in – keine Vorkenntnisse nötig.



### Über Anna:

Yogalehrerin, Thai Yoga Massage Praktizierende, Gesundheitsmanagerin (MA) und in Ausbildung zur traumasensiblen, somatischen Begleiterin. Mit meiner Arbeit unterstütze ich Menschen dabei, durch bewusste Berührung und Präsenz eine tiefere Verbindung zu sich selbst und anderen zu erfahren.

## Bodywork (Lucia Müßig)

In einer angeleiteten Massage Reise von Fuß bis Kopf wird der ganze Körper verwöhnt und eingeladen, immer tiefer in einen Zustand von Hingabe und Entspannung einzutauchen. Wir nutzen hauptsächlich Techniken der Thai-Yoga Massage und unseren ganzen Körper, um Druck und Bewegungstechniken auszuführen.

Die Reise findet zu zweit statt. Es gibt zwei Runden, sodass alle die Qualitäten von Geben und Empfangen erleben können.



### Über Lucia:

Ich bin Psychotherapeutin und Holistic Bodywork Practitioner. Ich sehe Körper und Psyche als Einheit und unsere Körperweisheit als Zugang zu Emotionen und Quelle immer tieferer Selbsterforschung. Ich liebe Tanz und Bewegung und finde hierin großes Heilungspotenzial und Ausdrucksmöglichkeit unserer ureigenen Lebendigkeit.

## Journey to your voice (Eduard Flemmer)

Wir entdecken die Verbindung zur eigenen Stimme. Mit angeleiteten Übungen fühlen wir in den Körper hinein und lassen ihn ausdrücken, was er denn gerade so „von sich geben möchte“ – vom Gurren und Gackern bis hin zu gehaltenen Tönen. Im zweiten Workshop-Teil richten wir unsere Aufmerksamkeit aufeinander: Wir hören einander zu, klingen zusammen, mal im Kontrast, mal im harmonischen Gesang und knüpfen gemeinsam und spielerisch stimmliche Klang-Teppiche.



### Über Eduard:

Ich bin bereits 43 Jahre auf diesem Planeten wandelnd – Sinnsucher, Erklärbar, Musiker und Mensch. Ich bin Sänger, Songwriter, Vocal Coach & mache Erklärvideos über Naturwissenschaften. Musik begeistert mich seit jeher, vor allem ihre Kraft, die unterschiedlichsten Menschen auf eine kreative, ur-instinktive Weise zu verbinden und die Energie, die dabei entsteht.

## Feel your voice in body and soul (Patrick Wings)

Die Kraft der wahrhaftigen Stimme kann unseren ganzen Körper ausfüllen. Mit unserer gewohnten konditionierten Stimme schöpfen wir nur einen Teil dieses Potentials aus.

In diesem Workshop kannst Du einen Ausdruck kennenlernen, der so spontan ist, dass die traumatisierten Anteile in Dir und Deinem Körper mitschwingen, mit vibrieren, lebendig werden – statt zu blockieren und Dich klein zu halten. Tauche ein in einen Erfahrungsraum der Stimme, der Dich tief mit Deinem Körper, Deiner Intuition und Deiner inneren Weisheit verbindet.



### Über Patrick:

42 Jahre, 4 Kinder, selbständig mit Stimme und Gehör (True Voice® & Tomatis Therapie), Kriya und Surya Yoga. Ich befinde mich mitten im Langzeit-Retreat zu bewusster Lebensführung, bewusster Partnerschaft, Vaterschaft, Brüderschaft, Schülerschaft, Lehrerschaft, Dienerschaft, Dankbarschaft. Atem, Stimme, Lauschen, Stille, Begegnung, Tanz und Co-Creation dienen mir dabei als all-integrierender Kompass.

## Haywarikuy – Zeremonie für Pachamama (Iris Wangermann)

In dieser berührenden Zeremonie aus den Anden bereiten wir ein rituelles Despacho – ein liebevoll gestaltetes Opfertgabenbündel – für Pachamama, Mutter Erde. Inspiriert vom Prinzip des Ayni (heiliges Gleichgewicht von Geben und Nehmen) danken wir für all das, was sie uns schenkt, und bitten um Schutz, Heilung und Segen. Mit natürlichen Gaben wie Samen, Blüten, Süßigkeiten und Blättern gestalten wir ein Mandala der Verbundenheit. Diese Zeremonie öffnet Räume für persönliche Wünsche, neue Wege und kollektive Heilung.



### Über Iris:

Ich bin Interkulturelle Psychologin, langjährige Aikidō-Praktizierende und gehe seit über 30 Jahren einen Weg der Heilung und Rückverbindung mit der Erde. Meine Arbeit wurzelt in den alten Weisheitslehren der Anden und der Kraft von Übergangsritualen in der Natur, die uns wieder ins Gleichgewicht bringen. Eingeweiht in die Qanchis Ylla lineage, arbeite ich mit der Mesa – einem Medizinbündel – um Menschen in Zeiten des Wandels zu begleiten - und habe die Erlaubnis, diese Zeremonie mit meiner Community zu teilen.

## Systemische Körperpsychotherapie nach Pesso (Martin Pellmann)

Selbsterfahrungsorientierte Einführung in die Pesso-Therapie, einer ganzheitlichen systemischen Körperpsychotherapie-Methode. Pesso-Therapie ermöglicht im szenischen Rollenspiel unter Einbeziehung aller Sinne das Nachnähren von unbefriedigten kindlichen Entwicklungsbedürfnissen, das Heilen von traumatischen Erfahrungen und die Arbeit im Familiensystem. Mit Übungen und Sharing in der Gruppe werden wir das Potential dieser Methode praktisch und ressourcenorientiert erforschen.



### Über Martin:

Ich arbeite als Gestalt- und Pesso Therapeut in eigener Praxis in Freiburg und auf Seminaren. Mich begeistert das Erforschen von dem, was ist – sei es in der therapeutischen Arbeit, wie auch in der Meditation. Zentral ist für mich dabei, immer wieder in die Erfahrung zu kommen, zu vertrauen und eine gute Prise Humor.

## Männerkreis (Aaron Kaay & Kemal Khan)

Ein Raum der Begegnung, Öffnung und Vertrauensbildung unter Männern / AMABs\*

Von schwach bis kraftvoll und intensiv, von sanft und weich bis hart und fest, von konkurrierend über neutral zu ko-kreierend - all das können und dürfen wir sein. Wie willst Du Dich im Kontakt mit anderen Männern\* hier erfahren?

Wir wollen ein gewisses Erfahrungsspektrum miteinander erleben, dabei stereotypische Männerbilder aufweichen und eine gute Grundlage schaffen, um einander offen, zugewandt und unterstützend zu begegnen.

\*AMAB: Assigned Male At Birth / Bei Geburt als “männlich” gelesen



### Über Kemal & Aaron:

Aaron & Kemal hatten 2024 auf dem Connectival während eines Männerkreises einen fruchtbaren Konflikt, aus dem heraus die Idee für diesen Kreis geboren wurde. Kemal leitet Männergruppen und Aaron diverse Events (u.a. dieses Connectival) und war jahrelang Teil eines selbstorganisierten Männerkreises.

## Grenzen setzen & halten - die Kraft der Präsenz (Yasmin Dressen)

In diesem Workshop tauchst Du tief in das Thema der Grenzen ein – auf einer spirituellen, körperlichen und energetischen Ebene. Du wirst lernen, Deine inneren Grenzen bewusst zu spüren, sie mit Klarheit zu kommunizieren und sie mit einer kraftvollen, inneren Präsenz zu schützen. Erlebe die transformative Kraft der Selbstfürsorge und verbinde Dich mit deiner wahren Essenz, um Deine spirituelle Stärke und innere Balance zu entfalten.

## Natürliche Präsenz & Hautpflege aus der Natur (Yasmin Dressen)

Tauche ein in die tiefe Verbindung mit Deinem Körper und seiner natürlichen Weisheit, während Du durch bewusste Bewegung und heilsame Rituale Deine Präsenz stärkst. In diesem Workshop lernst Du, wie Deine Haut als Spiegel Deiner inneren Energie wirkt und wie Du mit natürlichen, selbst hergestellten Pflegeprodukten Deine wahre Ausstrahlung entfalten kannst. Erlebe eine ganzheitliche Reise der Selbstfürsorge, die Dir hilft, Dich zu erden und mit der Natur in Einklang zu kommen, um Deine spirituelle Präsenz zu vertiefen.



### Über Yasmin:

Ich bin Mutter eines besonderen Kindes, das mich die letzten 8 Jahren begleitet und herausgefordert hat. Dies hat meine Perspektive auf Liebe, Freiheit und Grenzen verändert und mich dazu gebracht, meine Arbeit als „Space Protector“ anzubieten – ein sicherer Raum für Selbstentdeckung und Heilung, jenseits von traditionellem Coaching. Zuvor habe ich eine Firma für alternative Geburten und ganzheitliche Gesundheit aufgebaut, bevor ich mir eine Pause nahm, um zu heilen und zu lernen, wie man gesunde Grenzen setzt.

*herbafemina.com*

## Authentische & nährnde Körperverbindung (Mel Psaltopoulos)

Sehnst Du Dich nach Berührung, Körperkontakt und Halt – weißt aber nicht, wie Du diesen Wunsch ausdrücken kannst?

Wünschst Du Dir, dich sicherer im Umgang mit Nähe zu fühlen – sei es beim Umarmen, auf der Tanzfläche oder mitten in einem Kuschelhaufen?

Oder möchtest Du vertiefen, wie Du auf Menschen zugehen kannst, die mit Nähe aufgrund früherer negativer Erfahrungen vorsichtiger sind – und lernen, wie Du Berührung und Kontakt so gestalten kannst, dass sie sich auch für diese Menschen stimmig anfühlen? Mit einem feinen Gespür für Grenzen, traumasensiblen Konsens und respektvoller Präsenz?

### Was dich erwartet:

- Wahrnehmungsübungen, um Deinen Körper tiefer zu spüren
- Ein geschützter therapeutischer Raum, um Verletzlichkeit sowie Freude zu erleben
- Körperkontakt in Deinem Tempo – durch geführte Übungen zu zweit oder in kleinen Gruppen
- Raum, um Deine Wünsche, Bedürfnisse und Grenzen zu erkunden und mitzuteilen
- Zwei Awareness-Personen zur emotionalen Prozessbegleitung



### Über Mel:

Ich bin Trauma- und Körpertherapeutin aus Frankfurt. Ich begleite Menschen dabei, sich mit ihrem Körper zu verbinden, innere Sicherheit zu entwickeln und authentische Beziehungen zu leben. Mein Ansatz ist prozessorientiert, traumasensibel und tief im Körper verankert. Ich liebe die Natur, stille Räume und die Verbindung, die entsteht, wenn wir uns zeigen.

*melissa-psaltopoulos.de*

## Primal Energy – Deine sexuelle Lebenskraft (Sebastian Raber)

Sexuelle Energie ist mehr als Lust – sie ist pure Lebensenergie. In diesem tantrischen Erfahrungsraum erforschen wir, wie wir diese Energie in Achtsamkeit verkörpern, fließen lassen und bewusst in Begegnung bringen können.

Mit Atem, Bewegung, Berührung und Präsenz öffnen wir ein sicheres Feld, in dem Du Dich sinnlich, lebendig und echt erleben darfst – jenseits von Leistungsdruck oder Zielorientierung. Alles darf sein: Scham, Neugier, Freude, Lust – verbunden mit Deinem Herzraum.

Ein Workshop für alle, die ihre sinnliche Natur tiefer spüren und ihre sexuelle Energie liebevoll integrieren möchten – alleine und in Begegnung.



### Über Sebastian:

Ich begleite Menschen auf ihrem Herzensweg mit Tantra, Atemarbeit und schamanischen Ritualen. Mein eigener Weg begann 2020 mit dem Wunsch, tiefer zu fühlen und wahrhaftig zu leben. Seitdem widme ich mich der inneren Heilung, echten Begegnung und dem bewussten Sein.

*BewusstSein-Saar.de*

# MORGENANGEBOTE

## Vinyasa Yoga (Engracia Michels)

Bei diesem Hatha Vinyasa Yoga übst Du dynamisch und verbindest Atem und Bewegung zu fließenden, immer wieder neu variierenden Bewegungsabfolgen. Du kräftigst Deinen Körper, steigerst Deine Flexibilität und förderst Deine Achtsamkeit und Körperwahrnehmung.



### Über Engracia:

Ich bin Psychomotorik-Therapeutin, Yogalehrerin und Kunsttherapeutin. Ich begleite Menschen, über Kunst- und Körperarbeit und authentische Bewegung wieder ins Spüren zu kommen und sich frei auszudrücken. Das macht uns zutiefst lebendig und wir stärken die Verbindung zu uns selbst, zu unserem natürlichen, verbundenen Sein.

## Ground, Sound & Connect (Padma Bartsch)

Wir verbinden uns mit der Erde, atmen tief in sie hinein. Aus dieser Tiefe heraus lassen wir ein Brummen und Summen aufsteigen, das sich in ein Tönen und schließlich freien Ausdruck unserer Stimme verwandelt. Ein Ausdruck, der aus dem Kontakt mit der Erde und damit unserem innersten Wesenskern entsteht. Gemeinsam begeben wir uns durch das Tönen in eine höhere energetische Schwingung und schaffen eine kraftvolle, angebundene Präsenz. Bringe gerne deine Rassel oder Shaker mit.



### Über Padma:

Ich bin ganzheitliche Gesundheitsberaterin für Ernährung, Lebensstil und mentales Wohlbefinden, mit Schwerpunkt auf Psychische Flexibilität und Psychosomatik. Meine Arbeit basiert auf Ayurveda und wird durch moderne psychologische Ansätze, buddhistische Philosophie und Naturrituale ergänzt. Ich liebe es, in der Natur zu sein, in die Stille zu gehen, zu singen, zu tanzen und zu kochen.

## Pranayama (Marvin Dussinger)

In dieser gemeinsamen Yogapraxis am Morgen widmen wir uns den Prana Yamas. Sie zielen darauf ab, den Geist zu beruhigen und die Körpersysteme (Nerven-, Lymph-, Hks-, Muskel-, Hormon-, Verdauung-) miteinander in Harmonie zu bringen. Wir starten mit Körperübungen und lassen uns dann durch immer sanfter werdende Atemübungen in einen meditativen Zustand begleiten. Es ist wichtig, angenehm sitzen zu können, bringe Dir dafür Sitzkissen und ggf. Polster für die Knie mit.



### Über Marvin:

Ich bin Baumpfleger und auf ständiger Forschungsreise, meine innere sowie äußere Natur zu erkunden und zu pflegen. Ich habe den Atem 2 Jahre intensiv studiert und ihn als nützlichen Begleiter für das Leben kennengelernt. Meine größte Freude ist es, gemeinsam Lebendigkeit in jeder Zelle zu erleben, sei es durch Atem, Musik, Sport, Tanz oder Liebe.

## Barfuß-Spaziergang (Norwin Stuffer)

Verbinde dich mit der Natur und Dir selbst. Wir gehen auf blanken Sohlen auf Entdeckungsreise in die Natur, berühren und erleben mit all unseren Sinnen. Deine Empfindungen und die Verbindung zur Natur sind der Schlüssel zu Deinem ursprünglichsten Sein. Du darfst als wunderbarer Teil der Natur da sein und entdecken.



### Über Norwin:

Ich helfe Menschen zu mehr Verbindung:

Zu sich, zur Natur und zur Lebendigkeit. Mein Mittel dafür sind Körper, Bewegung und Naturkontakt. Als Bewegungstherapeut und Coach schaffe ich gerne besondere Erlebnisräume.

## Kundalini Yoga (Silvio Licata)

Erfahre Techniken aus dem Kundalini Yoga mit Schwerpunkt auf der Stärkung des Nervensystems. Eine Praxis, die auf mehrere Ebenen wirkt: körperlich, seelisch & geistig.



### Über Silvio:

Seit 9 Jahren begleitet mich Yoga und seitdem bin ich in kontinuierlicher Entwicklung mit mir und den Techniken aus verschiedenen Traditionen, die alle das gleiche Ziel anstreben .

*Mehr Informationen zum Morgenprogramm folgen...*

# ABENDPROGRAMM

## ECSTATIC DANCES

### KOSMAS Live Ecstatic Dance Journey

Seit 2019 spielt KOSMA Live Ecstatic Dance mit Drums, Didgeridoo, Handpan, N'goni, Flöten und weiteren Instrumenten. Es gibt viele verschiedene Begriffe für Freitanz-Formen, für mich ist es eine Art Heiliger-Raum, ein Tanz-Ritual oder auch eine Tanzreise. Ein non-verbaler Raum, den wir zusammen kreieren, gemeinsam eröffnen und auch gemeinsam wieder schließen. Der freie Ausdruck jedes einzelnen und die Verbindung und Dialog von Musik und Bewegung stehen dabei im Vordergrund. Lassen wir uns darauf ein, lassen wir uns überraschen.



#### Über Kosma:

KOSMA's Herz schlägt für Musik, Bewegung, Tanz und Potenzialentfaltung. Er ist Handpan - und Schlagzeuglehrer, Multi-Instrumentalist sowie Live-Musiker für Ecstatic Dance, Yoga, CI etc. Die Suche nach Wahrhaftigkeit, nach einem tieferen Sinn im Leben und Heilung von Körper, Geist und Seele hat ihn stets auf neue Wege gebracht. Er lässt seine Seele sprechen durch Musik und berührt die Menschen ganz tief in ihrer Essenz. KOSMA spielt Handpan, Drums, N'goni, Didgeridoo, Flöten, Perkussion und noch einiges mehr. Er liebt es, durch Musik und Bewegung Menschen zu verbinden und sie in ihre Kraft zu bringen. Together We RISE!

*kosma-music.com*

## Cacao Dance mit DJ Young Tree

Spüre die Vielfalt der Emotionen und Bewegungen durch die Musik in diesem Cacao Dance mit DJ Young Tree (Felix). Geprägt durch seine Zeit in Süd- und Zentralamerika finden viele Rhythmen und Gesänge aus dieser Region sowie eine dynamische Vielfalt an Weltmusik, Beats aber auch instrumentalen Tracks einen bunten Teppich an Kultur und Gefühlen. Felix leitet einen einladenden und herzlichen Kreis, den er nach der Ekstase sanft und liebevoll zurück zum Boden bringt.



### Über Felix:

Felix lebt und arbeitet seit 2018 in bewussten Gemeinschaften als Musiker, Space Holder und Facilitator. Seine Erfahrungen in Retreats mit Psychedelica, Yoga, Meditation, Breath Work, Männerkreisen und Ecstatic Dance haben ihn immer weiter in die Richtung der somatischen Integrationsarbeit gebracht.

*[soundcloud.com/felix-larisika](https://soundcloud.com/felix-larisika)*

## Ecstatic Dance Ritual mit DJ Duo Lunasol

Wir glauben an die Kraft des Tanzes als Ritual. Unsere Ecstatic Dance Sets sind mit der Intention kreiert, tief in die Welt der Gefühle einzutauchen und diese von innen nach außen auszudrücken. Wir laden Dich ein, Dir eine Intention zu setzen, Dich mit Deinem Körper als Deinem heiligen Tempel zu verbinden und durch Deinen authentischen Ausdruck im Tanz Deine Intention zu verkörpern und lebendig werden zu lassen.



### Über Lunasol:

Wir sind Philipp & Jessy und gemeinsam haben wir Lunasol gegründet, um unsere Liebe zu Tanz, Musik & Ritualen zu teilen. Wir kreieren Ecstatic Dance Rituale, in denen die Teilnehmer eingeladen sind, eine Absicht für ihren eigenen inneren Wandel zu setzen, die durch den Tanz verkörpert wird. Wir laden jeden ein, für die Freude und Dankbarkeit des Lebens zu tanzen.

[soundcloud.com/lunasol-ecstaticdance](https://soundcloud.com/lunasol-ecstaticdance)

## Ecstatic Dance mit DJ SubTill

Erlebe eine mitreißende Tanzreise von melodischen Klängen bis hin zu wilden Beats. Befreie tiefsitzende Spannungen in den intensiven musikalischen Höhepunkten während Dich das sanfte Laden nach den Peaks zu einer tiefen Verbindung mit Dir selbst einlädt.



### Über Till:

Till ist seit seiner Jugend ein leidenschaftlicher DJ und hat in verschiedenen Bereichen aufgelegt. Seit 10 Jahren gestaltet er regelmäßig Ecstatic Dance Veranstaltungen in Freiburg. Seine DJ-Sets beinhalten unterschiedliche Tanz-Qualitäten und reichen von natürlich-meditativ bis ekstatisch-wild.

[mixcloud.com/subtrill/](https://mixcloud.com/subtrill/)

## Abschluss Ecstatic Dance mit DJ Bombye

Indem wir unsere Sinne aktivieren und auf unseren Körper hören, können wir uns mit anderen verbinden und ein Bewusstsein formen, das über uns selbst hinausgeht. Wir kommen zusammen in dem einfachen und mutigen Akt des freien Tanzes.

In diesem letzten Ecstatic Dance des Juni Connectivals kannst Du die Erfahrungen der letzten Tage integrieren, feiern und Dich als Teil der Connectival-Gemeinschaft von der Musik treiben lassen.



### Über Matthias:

DJ Bombye ist nicht nur ein Meister der Musik, sondern auch ein leidenschaftlicher Tanzinstructor. In Zusammenarbeit mit Ecstatic Dance Cologne und Biodanza.love inspiriert er Menschen, sich durch Bewegung auszudrücken und die transformative Kraft des Tanzes zu erleben. Seine Kurse und Dances bieten eine einzigartige Gelegenheit, in die Welt des Ecstatic Dance und Biodanza einzutauchen, wo Musik und

Bewegung zu einem meditativen und befreienden Erlebnis verschmelzen.

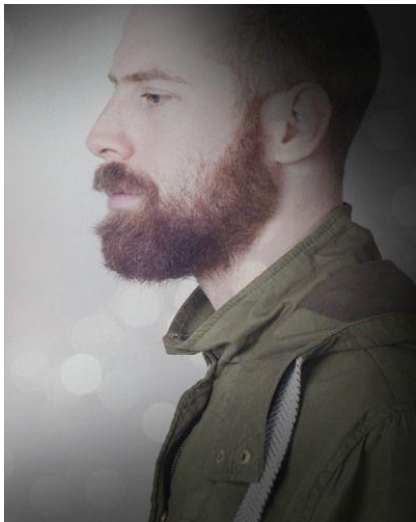
*[bombye.de](http://bombye.de) | [soundcloud.com/bombye](https://soundcloud.com/bombye)*

# DJ SETS UND KONZERTE

## Live Set mit Whale Vs Elephant

Komm mit auf eine musikalische Reise - fernab von Hektik, Sorgen und Stress.

Synthesizer und Drumcomputer treffen auf organische Elemente aus Piano, Percussion, Streichinstrumenten und Texturen aus selbst aufgenommenen Naturgeräuschen. Dieses Live Set lädt Dich zum Träumen, Fließen und Tanzen ein.



### Über Tobias:

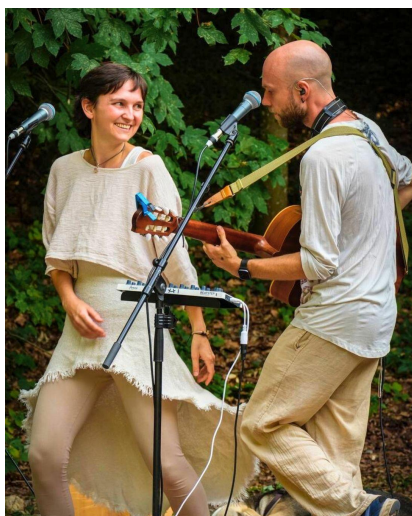
Melodica Mitgründer und Musikproduzent Whale Vs Elephant lässt sich vor allem von der isländischen und norddeutschen Elektro- und Indie-Folk-Musikszene beeinflussen. Nach Touren quer durch Europa und Festival-Auftritten auf der Fusion, Lott, 3000 Grad, GEM-Fest (GEO), Iceland Airwaves (IS), Live at heart (SWE) und mehreren internationalen Melodica Festivals, wurde das norddeutsche Label 3000Grad Records auf Whale Vs Elephant aufmerksam und

veröffentlichte Ende 2019 seine EP „Lighthouse“.

[open.spotify.com/intl-de/artist/1N9NYTs4EIShkxLY4UgwoG?si=ST1q1M1ZQjC5RtUJIfUOaA](https://open.spotify.com/intl-de/artist/1N9NYTs4EIShkxLY4UgwoG?si=ST1q1M1ZQjC5RtUJIfUOaA)

[soundcloud.com/whalevselephant](https://soundcloud.com/whalevselephant)

## Konzert mit AHAWA



*ahawamusic.de*

Organic Indie Konzert - authentisch, tiefgründig und humorvoll. In Beziehung und gemeinsam auf der Bühne – durch die Musik von Ruben und Selina entsteht ein Gefühl der Verbundenheit. Ein Konzert mit den Beiden ist ein Erlebnis, das Herzen berührt. Ganz im Sinne ihres Bandnamens AHAWA, dem hebräischen Wort für Liebe. Mit Live Looping und tiefgründigen Songtexten erwartet dich ein Konzertabend zum Innehalten und Tanzen.

## Flauschkonzert mit Taphani Benkest



Wir sind Jan und Stephan: TAPHANI BENKEST - ein energiegeladenes Musikduo, das sich auf eine Fusion aus Elektro und Reggae spezialisiert hat.

Sanfte Beats, gefühlvolle Melodien und eingängige Vocals laden Dich dazu ein, zu entspannen, zu fühlen und mitzusingen.

Kuschel Dich ein und lass Dich treiben von Handpan-Klängen, Gitarren und Gesang.

[open.spotify.com/intl-de/artist/77mycWg289FbhcnviLPFRR?si=ulAY-65HTzKLVJhgHt2aHA](https://open.spotify.com/intl-de/artist/77mycWg289FbhcnviLPFRR?si=ulAY-65HTzKLVJhgHt2aHA)

[open.spotify.com/intl-de/artist/299tMCKBYSiUmXaDScrv4h?si=7R2LoXkLQwmtROzEvWjgVw](https://open.spotify.com/intl-de/artist/299tMCKBYSiUmXaDScrv4h?si=7R2LoXkLQwmtROzEvWjgVw)

## Konzert mit Shamantra

Shamantra nennen ich meine Musik, was schamanische Klänge und die Kraft von Mantras beinhaltet. Bei zeremoniellen Feuern, Klangtempeln und Medicine Concerts nutze ich die Gelegenheit der Zuhörer, um auf den spirituellen Artivismus aufmerksam zu machen.

Es steht für spirituelle Arbeit, die durch Art (Musik) ausgedrückt wird und Aktivismus (Artivismus = Art+Aktivismus) beinhaltet. Der Aktivismus drückt sich aus, indem ich verschiedene Projekte vorstelle, für die wir uns einsetzen.

Diese sind: Friedensarbeit, Hilfe für bedürftige Kinder und der Schutz des Amazonas und seiner Bewohner (Hauptfokus beim Connectival), sowie die Entstehung einer Naturschule, um sich mit den spirituellen Wurzeln vor Ort wieder zu verbinden.

*sangeeta-kala-akal.de*

