



erlebnis TAGE

KÖRPER · SEELE · GEIST

MITMACHEN

Spiel, Spaß und
Entspannung für die
ganze Familie

GENIESSEN

Gaumenfreuden von
der Weide, vollwertig,
vegetarisch-vegan

STAUNEN

Entschleunigung
mit allen Sinnen
entdecken

MITSCHWINGEN

Klänge, die berühren
und Rhythmen, die
mitreißen

21. & 22.10.2017

SA 13 – 20 UHR SO 10 – 17 UHR

ARNIKA-AKADEMIE TEUSCHNITZ
DER EINTRITT IST FREI.

Zwei Tage beeindruckende Vielfalt zum Thema Gesundheit, bewusste Lebensweise und Achtsamkeit. Gesundheitsanbieter aus der Region stellen sich vor und schlagen somit eine Brücke zu neuer Lebensfreude.

Überraschende Synergien von **A wie Agrotourismus** bis **Z wie Zweisamkeit**. Leicht verdaulich in interaktiven **Workshops**, **Vorträgen** und individuellen **Sitzungen**.

erlebnisKULINARIK

In der Cafeteria und der Schauküche verwöhnt Sie das **CATERING-TEAM DER ARNIKA-AKADEMIE** ganztägig mit besonderen Leckerbissen – gesund, trendig oder traditionell.

erlebnisKLANG

Seelenklänge, Herzenslieder, Poprock und Jazz – Musik, die berührt und zum Mitschwingen einlädt:

SAMSTAG, 21.10.2017

13:00	UTE FISCHER PETERSOHN HERZENSLIEDER
-------	-------------------------------------

18:00	ART Y SHOCK ROCK - UNPLUGGED
-------	------------------------------

SONNTAG, 22.10.2017

11:00	JAZZ MELANGE MUSIK ZUM MITSCHWINGEN
-------	-------------------------------------

13:00	UTE FISCHER PETERSOHN HERZENSLIEDER
-------	-------------------------------------

erlebnisWISSEN

Spannende und informative Vorträge rund um Gesundheit, Ernährung, bewussten Lebensstil und Achtsamkeit an beiden Tagen in unserem Erlebnisraum „WISSEN“:

SAMSTAG, 21.10.2017

- | | |
|-------|---|
| 14:00 | MARIANNE VOLKMANN: „INNER PEACE“
Unsere Bestimmung ist es, ein in sich ruhender Pol zu sein. Wie können wir Frieden im Außen haben, wenn innen noch Stürme toben? |
| 15:00 | HOCHSCHULE COBURG: ERLEBNISPFAD FÜR ALLE SINNE/NATURMANUFAKTUR IN TEUSCHNITZ
Vorstellung der Projektergebnisse des Studiengangs Integrative Gesundheitsförderung. |
| 16:00 | EVELYN HEIL: SALZ – MEHR ALS NUR EIN LEBENSMITTEL!
Salz kann mehr als Speisen würzen. Anwendungsbeispiele von Salz, dem weißen Gold. |
| 17:00 | HEIDI SCHWEMMLEIN: DAS INNERE KIND IN UNS VERSTEHEN UND LIEBEN LERNEN
Wie wir unsere Gefühle anschauen und positiv in unser jetziges Leben integrieren können. |
| 18:00 | KLAUS SCHAUMBERG: AGROTOURISMUS FRANKENWALD
Ein bayerisches Modellprojekt stellt sich vor. |

SONNTAG, 22.10.2017

11:00	<p>PROF. DR. NIKO KOHLS: ACHTSAMKEIT, EINE GESUNDHEITS- UND LEBENSRESSOURCE Prof. Dr. Kohls vom Institut für Gesundheitswissenschaften der Hochschule Coburg mit wissenschaftlichen Fakten zum Thema Achtsamkeit.</p>
12:00	<p>SABINE BAIERLEIN: QUANTENHEILUNG – WAS STECKT DAHINTER? Wie die Körperschwingung verändert werden und die Energie wieder frei fließen kann.</p>
13:00	<p>CHRISTINA ZEHNTER: VEGANE KÜCHE MIT TEH-KRÄUTERN Am Beispiel eines veganen Buffets wird der Nutzen traditioneller europäischer Heilpflanzen für unser Wohlbefinden veranschaulicht.</p>
14:00	<p>KARIN WAGNER: SAGE NICHT „JA“, WENN DU „NEIN“ MEINST Erarbeiten von Strategien, die eigenen Stärken des „Ich“ zu entdecken und Aufzeigen von Methoden für die Veränderung.</p>
15:00	<p>DANIEL GAREIS: COMEBACK DES ZUNDERSCHWAMMS Traditionelle Anwendungen und neue Möglichkeiten für die medizinische Pflege von beanspruchter Haut und Hautkrankheiten.</p>
16:00	<p>GABRIELE SABINE SCHWEIGER: YOUNGGO – REAKTIV-TRAINING für Sportler und Faulpelze, Jung und Alt, für JEDEN. Training für den ganzen Körper – die sanfte und effektive Weiterentwicklung des Nordic Walking.</p>

erlebnisFRANKENWALD

ARNIKASTADT & ARNIKA-AKADEMIE TEUSCHNITZ

Infostand. **AGROTOURISMUS FRANKENWALD**

Süßes und Pikantes im Glas – direkt vom Bauernhof.

LANDWIRTSCHAFTLICHE DIREKTVERMARKTER KRONACH

Infostand. **KNEIPP GESUNDHEITSHÖFE** Infostand.

NATURPARK FRANKENWALD Wanderausstellung.

ÖKOLOGISCHE BILDUNGSSTÄTTE OBERFRANKEN Infostand.

KRONACH CREATIV E.V. Infostand.

erlebnisKÖRPER, SEELE & GEIST

GESUNDHEITSPRAXIS NADINE SHARMA

Gesundheitspraktikerin, Yoga, Klangmassagen. **PRAXIS**

SALAMANDRA BEATE FÖSSEL Shen Shiatsu Praktikerin.

SEELENKLANG HOLGER SCHRAMM Heilsame Klangkunst,

Qi Gong, Naturberührungen für Klein und Groß. **MARIANNE**

VOLKMANN Meditation, Kundalini-Entspannung. **KIEBITZ**

MUSIK- UND KREATIVWERKSTATT UTE FISCHER

PETERSOHN Herzenslieder und Musikwerkstatt für Groß

und Klein. **HEIDI SCHWEMMLEIN** Körperberatung mit Herz,

Aufstellungsarbeit. **GABRIELE SABINE SCHWEIGER** YoungGo

Sport, Probioghurt & Bioscan. **SABINE BAIERLEIN - OASE**

DER SEELE Quantenheilung, Meditation, Energiearbeit.

KARIN WAGNER Psychologischer Coach, Heilpraktikerin

Psychotherapie. **TANJA VÖLKER** Gesundheitsberaterin,

Massagepraktikerin, Selbsthilfeübungen zur

Gesundheitsförderung. **MARGITTA SOMMER**

Bewegungstherapeutin, Körperwahrnehmung und Tanz.

erlebnisSPIEL & SPASS

Spiel, Spaß und Abenteuer – auch für kleine und große Kinder ist einiges geboten:

ACTION & BEWEGUNG
mit dem **SPIELMOBIL**
KREISJUGENDRING KRONACH.
LACHEN, STAUNEN, WILDE
CLOWNEREI mit den
Freudentrainern und **CLOWNS**
ULRIKE GAUDIG & TEAM.
ÖKORALLYE ÖKOLOGISCHE
BILDUNGSSTÄTTE
OBERFRANKEN.



erlebnisMARKTPLATZ

CHRISTINA ZEHNTER SONNENWIRBEL Kräuterprodukte, Bücher und mehr. **HEIL-SALZGROTTE** Kneipp, Salzprodukte. **MARIENÖLMÜHLE** Naturbelassene Speiseöle. **IMKEREI BIENE MAYEK** Honig, Bienenwachs-Produkte. **BEATES BAUERNBROT** Direktvermarktung von Brot und Gebäck ohne Zusatzstoffe. **MARKETINGGESELLSCHAFT FRÄNKISCHE RENNSTEIGREGION** Scharfe Kreationen vom Tropenhaus und Hochlandrind. **WEIDEWELT FRANKENWALD E.V.** Leckerer vom Weiderind. **ZUNDERSCHWAMM NATURPRODUKTE GMBH** Kosmetik und mehr vom Zunderschwamm aus dem Frankenwald. **ARNIKA-VEREIN TEUSCHNITZ E.V.** Kräuterspezialitäten aus der Naturmanufaktur Teuschnitz.