

## ✦ Zeitplan – HER VOICE ✦

Samstag, 27. Juni 2026

Start: 10:00 Uhr

Ende: ca. 17:00 Uhr

---

10:00 – 10:30 Uhr

🌙 Ankommen & Vorstellungsrunde

Gemeinsames Kennenlernen, Einstieg in den Tag und Schaffen eines vertrauensvollen Raumes.

10:30 – 11:30 Uhr

🎨 Klangmalerei

Musik intuitiv durch Farben, Formen und Bewegung ausdrücken.

11:30 – 11:45 Uhr

☕ Kleine Pause

11:45 – 12:30 Uhr

✦ Kraftvolle Mantras gestalten

Eigene Kraftworte kreativ schreiben, gestalten und mit Symbolen verbinden.

12:30 – 14:00 Uhr

🌿 Mittagspause (1 Stunde 30 Minuten)

14:00 – 15:00 Uhr

🎵 Die weibliche Stimme bewusst erforschen mit Francesca Paratore

Arbeit mit Stimme, Klang, Ausdruck und weiblicher Energie.

15:00 – 15:15 Uhr

☕ Kleine Pause

15:15 – 16:15 Uhr

🌸 Collage der Inspiration

Gemeinsames kreatives Gestalten und Austausch über Weiblichkeit, Musik und Inspiration.

16:15 – 16:30 Uhr

🕯️ Ruhepause / Ankommen im Kreis

Kurzer gemeinsamer Moment zum Durchatmen, Tee trinken und Sammeln.

16:30 – 17:00 Uhr

🌌 Abschlussritual – Wünsche für die Zukunft

Gemeinsamer Wunschkreis mit Klangschale, Reflexion und spirituellem Ausklang.