

Liebe Freunde des musikalischen Austausches,

ich freue mich sehr, dass es Anfang Juni mal wieder soweit ist, Euch die nächste musikalisch kreative Auszeit (aus dem „täglichen Wahnsinn“) anbieten zu können.

Da ich es all die Jahre gespürt und durch Euer Feedback bestätigt bekommen habe, dass Ihr (wie auch ich) nicht nur was dazugelernt habt, sondern dass sich an solch einem Wochenende in den meisten Teilnehmern auch ganzheitlich etwas zu wandeln scheint, habe ich beschlossen, das „Seminar“ in den für mich stimmigeren Begriff „Retreat“ zu ändern.

Falls nichts dazwischenkommt, wird es wie gewohnt hier auf dem Pfarrhof in Kratzeburg stattfinden.

Eingeladen sind alle, die selbstbestimmt und -verantwortlich an ihrer Entwicklung kreativen Ausdrucks weiterarbeiten wollen, hier jedoch insbesondere an der musikalischen Fortbildung in einer übersichtlichen Gruppe von max. 10 Leuten.

Ansonsten biete ich Unterstützung an, die eigene Klangwahrnehmung zu sensibilisieren, eventuelle Ängste vor „falschen“ Tönen abzubauen und somit das Selbstbewusstsein zu stärken, sich lustvoll in einer Gruppe (Gemeinschaft) mit seinen Klängen, Ideen, Anschauungen einzubringen ...

Und natürlich gibt's wieder Lagerfeuer-Musik, eine Einführung in den Obertongesang, Singen/Musizieren in der Kirche gegenüber, Erfahrungen spielerischer Achtsamkeit im Nationalpark, gemeinschaftliches Kochen und Essen im Garten, kreative Pausen auf der Wiese und am See.
Eine Ablauf-Idee findest Du im Anhang.

Organisatorisches:

Anfänger, Fortgeschrittene und auch „Geimpfte“ sind herzlich willkommen!
Es besteht keine Test-, Impf- oder Maskenpflicht.

Jeder ist jedoch dazu angehalten, sich selbstreflektiert und -verantwortlich in der Gruppe zu bewegen und ggf. auch die Gruppe zu verlassen, wenn ernstzunehmende Beschwerden auftreten sollten - also quasi wie immer.

Instrumente:

Du bringst Dein(e) Instrument(e) selbst mit bzw. auch das, was Du schon immer mal ausprobieren wolltest. Wenn du z.B. Klavier (E-Piano), Verstärker oder Mikrofone benötigst oder ausprobieren willst und dies selbst nicht mitbringen kannst/magst, setze Dich bitte vorher mit mir in Verbindung.

Bekleidung:

Da die meisten Angebote (je nach Wetter) draußen stattfinden werden, packe also lockere, leichte Bekleidung mit ein, die auch für Bewegungen im Freien (auf der Wiese, im Wald, am See) geeignet ist und Schuhe, die auch mal eine feuchte Wiese „überleben“ ... und eine warme Jacke für den Abend / die Nacht.

Bitte ggf. auch an Sonnen- und Insektenschutz denken!!

Verpflegung:

Die Zutaten für das Essen (Vollwertkost), dass wir jeweils vor den Mahlzeiten gemeinsam frisch zubereiten, sind dann bereits eingekauft (bei Unverträglichkeiten etc. bitte rechtzeitig bescheid geben) und werden ergänzend saisonal aus dem Garten geerntet. Für die Tee- und Kaffeepausen bringe ggf. Leckereien mit ... sowie auch etwas für die abendlichen Runden am Feuer / Grill ... (Wein, Lecker-Cracker, ...)

Übernachtung:

Die Unterbringung während der 2 Nächte erfolgt im eigenen Zelt auf der Wiese im Schatten der Apfelbäume. Bringe also Zelt, Isomatte und Schlafsack etc. mit. Wenn Du (z.B. aus gesundheitlichen Gründen) nicht zelten magst, wende Dich vertrauensvoll an mich. Entweder kannst Du dann in einem ansonsten leeren Zimmer auf dem Dachboden (Matratzenlager), in der Gartenhütte oder in unserem Caravan (Wohnwagen) schlafen ... oder Dir im Ort auf eigene Kosten eine Ferienwohnung buchen.

Anmeldung:

Das Retreat findet statt, wenn sich bis einschließlich 31. Mai mindestens 7 Leute verbindlich angemeldet haben.

Also hier die Bitte um frühzeitiges Anmelden per Mail, Brief oder Telefon!

Kosten:

Honorarkosten 170 EUR p.P. + Nebenkosten 30 EUR p.P. (Lebensmittel, Nutzung Sanitär & Seminarraum, ...)

Bezahlung:

Sobald Du ein "okay" von mir bekommen hast, überweise bitte schnellstmöglich den Betrag von 200 EUR auf folgendes Konto:

Empfänger: Henri Stabel

IBAN: DE12 15050200 4200515364

Verwendungszweck: Krabu-5

- damit bist du dann verbindlich angemeldet.

Beachte: Der Betrag kann nur zurückerstattet werden, wenn der Teilnehmer auf Grund von Krankheit oder Corona-Verdacht (nachgewiesen!) dann doch nicht teilnehmen kann.

Falls das Retreat ausfallen sollte, werden jedoch alle gezahlten Beträge erstattet bzw. ich biete zeitnah Ersatz an mit vorheriger Terminumfrage.

Anreise:

Die genaue Adresse: Dorfstr. 11 in 17237 Kratzeburg.

Kommst Du mit dem Zug (Strecke Berlin-Rostock - außer IC(E)), dann steig direkt im Ort aus und nach 7 min. Fußweg bist Du schon hier am Ziel ;-)

Ansonsten bilde vielleicht mit jemandem eine Fahrgemeinschaft - die Kontakte dazu sende ich Dir gern.

ACHTUNG: Je nach aktuellen Corona-(Wahnsinn-)Maßnahmen behalte ich mir vor, das Retreat bis zu einem Tag davor alternativ in einen anderen Ort in der Nähe mit ähnlichen Bedingungen zu verlegen.

Somit wünsch` ich Dir und uns viel Freude beim gemeinsamen musikalischen Ausprobieren!

Herzliche früh-Frühlingsgrüße aus Kratzeburg -

Henri

Retreat-Leiter:
Henri Stabel
spirituelle WELTMUSIK

039822 214098
0175 9146707
henri@brassda.com
www.henristabel.de

p.s.

Leite gern diese Mail weiter, wenn Du jemanden kennst, der dafür interessiert / ambitioniert sein könnte.

Falls diese Art Mails für Dich nicht mehr interessant sind, bitte ich Dich um eine entsprechende kurze Antwort, auf dass ich dann Deine Mailadresse aus diesem Verteiler lösche.