



HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG

**HERZBERG**

[www.herzberg.org](http://www.herzberg.org)

CH-5025 Asp ob Aarau

062 878 16 46

info@herzberg.org



### Kurskosten

Fr. 280.- exkl. Übernachtung und Mahlzeiten, siehe Anmeldung

### Annulation

Bis 1 Monat vor Beginn keine Annulationskosten, danach  
Fr. 180.-, ab 10 Tagen vor Kursbeginn wird das Kurshonorar  
fällig und 50 % der Vollpensions-Kosten.

**Die Teilnehmer/innenzahl ist beschränkt - melden Sie sich an!**

Name

.....

Strasse

.....

PLZ / Ort

.....

Telefon

.....

Email

.....

Bitte  
frankieren

### Herzberg

Haus für Bildung und Begegnung  
5025 Asp ob Aarau

## Cant'Alma - Singen im Frühling auf dem Herzberg

**Freitag, 7. März 2025, 18.00 Uhr bis  
Sonntag, 9. März 2025, 16.00 Uhr**

*Kraft- und Seelenlieder aus verschiedenen Kulturen*

*Gemeinsames Singen mit Karin Jana Beck & Matthias Gerber*

Wir erfahren die nährenden und herzöffnende Wirkung des gemeinsamen Singens von eingängigen Herzensliedern aus verschiedenen Kulturen: vom Schweizer (Natur)Jodel zum afrikanischen Begeisterungslied, vom indischen Mantra für Neuanfänge zum südamerikanischen Seelenchant, vom spanischen Kraftlied zu einem altslawischen Fruchtbarkeitsgesang – und Vieles mehr!

Die Lieder bringen ‚Medizinkraft‘ mit sich. Von dieser lassen wir uns berühren – während des Singens und in der Stille danach. Lieder können uns das schenken, was wir gerade brauchen: frische Energie oder Ruhe, Freude oder Berührung, neue Ideen und Perspektiven.

Sie verbinden uns mit unserer inneren Quelle und unterstützen uns auf unserem ganz persönlichen Weg.

In diesem Seminar geben wir auch Inspirationen dazu, wie die Lieder und das Singen verbunden mit einfachen „Frühlings“-Ritualen uns und unser Umfeld stärken und nähren können: Herzensanliegen stärken, Rückenwind für Visionen, Schwangerschaft & Geburt, Willkommensfest für (Gross)Kinder, ...

Vielleicht hast du selbst ein aktuelles Thema, bei welchem wir und die Gruppe dich singend unterstützen oder dir Rückenwind für deinen Wandel oder deine Vision geben können – auch ‚Sommer/Herbst/Winter-Themen‘ sind willkommen.

Weiter unterstützen uns am Wochenende: kreative Stimm-Aufwärmübungen, Bewegung und Geschichten. Für die Teilnahme sind keine gesanglichen oder musikalischen Vorkenntnisse nötig.

Wir singen u.a. Mitsinglieder vom youtube-Kanal „Musik Duenda“ sowie Lieder des Sing- und Friedensprojekts [www.stimmvolk.ch/unsere-lieder](http://www.stimmvolk.ch/unsere-lieder)

### Singzeiten

Freitag, 20.00-22.00 (2 Std)

Samstag, 09.45-12.15

15.15-18.15 / 20.00-22.00 (7,5 Std)

Sonntag, 09.30-12.15 / 14.00-15.45 (4,5 Std)

### Weitere Kurse im Herzbergprogramm, die Sie interessieren könnten:

Stimme erleben - Stimm-Retreat mit Ursula Scribano  
06.06.-08.06.2025

TaKeTiNa auf dem Herzberg  
17.-19.10.2025

Cant'Alma mit Musik Duenda  
07.-09.11.2025



**Karin Jana Beck und Matthias Gerber** sind fasziniert von der nährenden und verbindenden Kraft des gemeinsamen Singens und der Musik. Als Folkduo Duenda sind sie seit über 30 Jahren unterwegs mit Liedern und Musik aus verschiedenen Kulturen und spirituellen Traditionen unserer Erde und beleben damit be-seelte Feste, Feiern und Rituale. In ihren Seminaren und Workshops, beim Singen in Gemeinschaftschören, mit Asylsuchenden, an Festen und bei Anlässen im öffentlichen Raum erfahren sie immer wieder, wie Lieder und das gemeinsame Singen ein starkes Gefäss bilden, in dem sich das Leben in allen Farben und Schattierungen zeigen kann. Es geht ihnen um eine lebendige, gemeinschaftsorientierte Alltagskultur, als Ergänzung zur gängigeren „Hochkultur“. [www.tschatscho.ch](http://www.tschatscho.ch) [www.stimmvolk.ch](http://www.stimmvolk.ch)

### Anmeldung **Cant'Alma - Singen im Frühling, 7. bis 9. März 2025**

#### Zimmer Pro Person/2 Nächte, inkl. VP

- Einzelzimmer mit Lavabo Fr. 240.--
- Einzelzimmer mit Dusche Fr. 300.--\*
- Doppelzimmer mit Lavabo Fr. 200.--
- Doppelzimmer mit Dusche Fr. 240.--\*
- Matratzenlager Fr. 150.--\*

\*soweit möglich

Vegetarisches Essen erwünscht:

Abholdienst, Zeit: ..... (pro Fahrt Fr. 10.-)

Datum Unterschrift

.....



HAUS FÜR BILDUNG UND BEGEGNUNG  
**HERZBERG**

CH-5025 Asp ob Aarau  
062 878 16 46  
[www.herzberg.org](http://www.herzberg.org)  
[info@herzberg.org](mailto:info@herzberg.org)