

Mai:

Sa 09.05. 11:00 – 14:00, Inge M. Below: **Kräuterführung Richtung Neu Wulmstorf**, Treffpunkt: S-Bahn Fischbek

Sa. 30.05. 11:00 – 16:00, Catrin Höber: **Workshop weibliche Energie**, Tel. 0176-31430050

Juni:

So 14.06. 11:00 – 14:00, Inge M. Below: **Kräuterführung Haake**, Treffpunkt: Bus 140 Haake

So 21.06. 16:00 – ??:00, Inge M. Below: **Sommersonnenwendfeier mit Tanz, Feuer, Buffet und Austausch**, bringt gerne Instrumente mit

September:

Sa 26.09. 10:00 – 18:00, Ralf Baars: **Gehen mit Geist und Seele, erweitertes Familienstellen**. 04725-8006169, www.neu-atlantis.de

November:

Sa 28.11. 10:00 – 18:00, Ralf Baars: **Gehen mit Geist und Seele, erweitertes Familienstellen**. 04725-8006169, www.neu-atlantis.de

Haus Lebensquell, Moisburger Weg 7a, 21149 Hamburg-Neugraben
Inge M. Below, Tel.: 040-701 75 14, www.haus-lebensquell.info

Bitte bis eine Woche vorher telefonisch anmelden, Kräuterwanderungen am Vortag. Rückruf nur bei Ausfall des Termins.

Zu allen Jahreskreisfesten gerne mitbringen: Musikinstrumente, Lieder, Gedichte oder sonstige Beiträge wie z.B. Homa-Feuer.

Anfahrt:

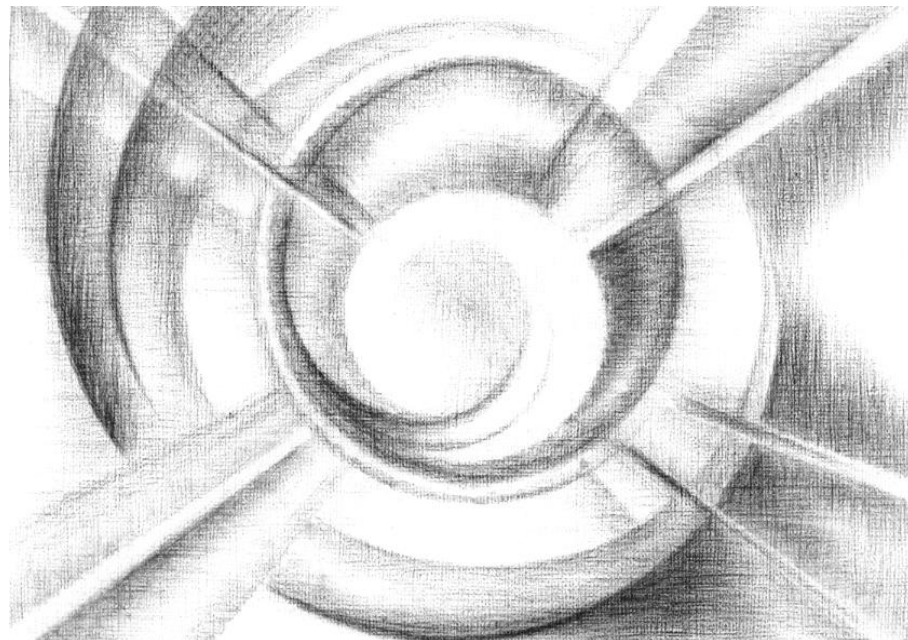
Auto: Bitte aus Rücksicht auf Anwohner im Fischbeker Holtweg parken!
(nicht im Moisburger Weg)

Bus & Bahn: Bus 40 Richtung Waldfrieden bis Halt Lüttmattensteed (7. Station), ~7 Min. Fußweg

Auf dem Grundstück: Weg links am Backsteinhaus vorbei, dahinter 3 Treppen hoch, hinteres Haus ganz oben auf dem Hügel.

Programme gerne kopieren & weitergeben.

Wir versenden Programme gegen frankierten und adressierten Umschlag.



Haus Lebensquell

**Yoga, Meditation, Entspannung,
Gesundheit an Leib und Seele,
Tanz und Heilkräuter**

März bis Juni 2026

www.haus-lebensquell.info

Regelmäßige Veranstaltungen:

Sprechzeiten Inge M. Below: Mi, Fr: 12:00-13:00, Tel.: 040-701 75 14

Montags:

09:00 – 18:30 Silvia Graber, **Entspannungs- und Wohlfühlmassagen** Tel. 0176-95306457

19:00 – 20:30, Inge M. Below: **Yoga und naturgemäße Lebensweise.** Yoga bringt die Lebensenergie in Fluss, hilft zu entspannen und dich wohl und lebendig zu fühlen. Konzentration, Atemkapazität, Beweglichkeit und Bewusstsein werden gefördert und es hält jung. Probestunde frei.

Dienstags:

18:30 – 20:30, Katja Rieper: **Biodynamisches Tanzen**, 2. und 4. Dienstag im Monat, Tel. 0163-7661036

Mittwochs:

18:30 bis ca. 21:00, jeden 2. und 4. Mi im Monat, Inge M. Below: **Gruppe zur Ausrichtung auf die Neue Zeit.** Durch Bewusstseinsarbeit, Heilreisen, Entspannung, Meditationen, Rituale und schöpferische Betätigung, durch Gespräche und gegenseitige Unterstützung stärken wir uns, durch Yoga-Übungen und Tanz heben wir unsere Schwingung an, um leichter und freudvoller durch diese Zeit des Übergangs zu gehen.

Donnerstags:

10:00 – 11:30, Inge M. Below: **Yoga für Jung und Alt** unter anderem auch Chakren-Arbeit und Osteoporose-Training.

16:00 – 18:00, Stefan Betthausen: **Bewegtes und stilles Qigong.** Tel. 040-8800376.

19:00 – 21:00, Christina Alfonso: **Tanz Dich in Deine Kraft**, 26.03., 16.04., 07.05., 11.06., 09.07., Tel. 0175-6430456

Freitags:

19:00, Catrin Höber: **Schamanische Trommelreise**, 27.02., 24.04., 19.06. und 10.07., Tel. 0176-31430050

Verschiedene Tage:

19:00 – 21:00, Lara u. Kerstin: **Kreis der Weiblichkeit**, 26.02., 30.04., 19.05., 16.06., 01.09., 29.09., 10.11., 01.12., Tel. 0160-6477025

Seminare und Veranstaltungen Haus Lebensquell:

März:

Mi 11.03. 18:30, Inge M. Below: Vortrag, Meditation, Gespräch u. Übungen: Wie kann ich die bewusste und dauerhafte **Anbindung an die Höchste Quelle allen Seins** erreichen und erweitern?! Jetzt!

Sa 14.03.. 10:00 – 18:00, Ralf Baars: **Gehen mit Geist und Seele, erweitertes Familienstellen.** 04725-8006169, www.neu-atlantis.de

Sa 21.03. 16:00 – ??:00, Inge M. Below: **Frühlingsritual und Feier mit Tanz, Feuer, Buffet und Austausch**, bringt gerne Instrumente mit.

Fr 27. und Sa 28.03., 10:00 – 18:00, Birte Peters: **Breathwork und Traditionen aus den Anden**, Anmeldung per WhatsApp oder Telegram Tel. 0160-8574658 oder bei Inge M. Below

April:

Sa 04.04., 10:00 – 18:00, Birte Peters: **Breathwork und Traditionen aus den Anden**, Anmeldung per WhatsApp oder Telegram Tel. 0160-8574658 oder bei Inge M. Below

So 12.04. 11:00 – 14:00, Inge M. Below: **Kräuterführung an der Sandbek**, Treffpunkt: Bus 40, Haltestelle An de Geest

Di 14.04. 16:00 – 17:40 Evi Schmidt: **Innere Reise mit Klangschalen**, Tel. 040-7026579

Sa 18.04. 11:00 – 19:00 Jochen Bokholt: **True Voice**, www.heilsames-singen-hannover.de

So 26.04. 11:00 – 14:00, Inge M. Below: **Fällt aus! Kräuterführung ins Moor**, Treffpunkt: Bus 40, Haltestelle An de Geest