

**Freitag, 14.11. - So, 16.11.2025 im Gesundheitshaus am Wiehengebirge**

**“ Schöpfen aus der Quelle im Fluß des Lebens “**

**Ein heilsames Wochenende mit Tänzen des Universellen Friedens, Mantren, Zikr & Meditation**

**Was Dich erwartet:**

**Freitag 19:00 – 21:00 Uhr:**

Ein entspanntes Ankommen an einem wunderschön gelegenen Ort, umgeben von Natur, in Dir und der Gruppe, Innehalten, tief Durchatmen, Ablegen des Alltagsmantels, ein reinigendes Energiebad, freies Tönen und Singen, Besungen werden, Tanzen, gemeinsam zur Ruhe kommen, mit Düften, Räucherwerk, Massage und einer Wasserzeremonie.

**Samstag**

**10:00 – 13:00 Uhr**

Tänze des Universellen Friedens, Mantras, heilige Laute und Worte aus der Sufitradition setzen die Reise in Deine innere Quelle fort, im Wechsel mit Ruhephasen. Raum zum Wahrnehmen und Eintauchen in den Farben Deiner Seele.

Sehspiele und Lachyoga zur Verbesserung Deiner Sehfähigkeit und zur Stärkung Deines Immunsystems runden den Vormittag ab.

**15:30 – 18:00 Uhr**

Wir singen und tanzen die Wazifas - Qualitäten des Göttlichen der Sufitradition in arabischer Sprache, erinnern und erwecken sie in uns zu neuem Leben, in der Vielfalt und Einheit. Getragen durch die universelle Liebe und die Kraft unserer Vorfahren, des Augenblicks und die Ausrichtung nach vorn in eine gemütliche, stressfreie Zeit durch das Anbinden an den traditionsreichen Strom. Verbunden bleiben mit der Einen Quelle und das Verbinden der verschiedenen Wege, von Herz zu Herz.

**19:00 – 21:00 Uhr**

Tanz Zikr, Märchen und Meditation - **“ Deine goldene Mitte “**  
Musiksession im Anschluss möglich

**Sonntag**

**10:00 – 13:00 Uhr**

Singkreis und Tänze des universellen Friedens - offen für Gäste

**15:00 – 19:00 Uhr**

Einzelstunden für Gesang und Prana nach Absprache

**Wer Dich freudig und liebevoll erwartet und begleitet:**

**Soumaya Hiltmann** – Seelenbegleiterin

Sängerin, Gesangslehrerin mit jahrzehntelanger Erfahrung in Gruppen- und Einzelarbeit! Pranaanwenderin, Tanzleiterin der Tänze des Universellen Friedens

Es sind keine Vorerfahrungen notwendig Alle sind Herzlich Willkommen!

Maximal 12 Teilnehmer\*innen und Gäste mit Anmeldung

**In Vorfreude auf eine lichtreiche Zeit mit Dir und euch!** eure Soumaya  
Energieausgleich Seminar für Freitag 19:00 Uhr – Sonntag, 13:00 Uhr: 250,- €  
( Bei Anmeldung /& Überweisung bis 30.09.2025: 225,- € )

Sonntag Vormittag offen für Gäste, Herzlich Willkommen ( 35,-€ )

Anfragen per Mail: [info@soumaya-hiltmann.com](mailto:info@soumaya-hiltmann.com) mobil: 0163-1585066

Infos und Downloads zu Musik, Anmeldung, Kosten Übernachtung, Vollpension:



[soumaya-hiltmann.com](http://soumaya-hiltmann.com)



**14.11. - 16.11.2025 - Gesundheitshaus am Wiehengebirge**

**Schöpfen aus der Quelle im Fluß des Lebens**

**Tänze des Universellen Friedens Mantrensingkreis Sehspiele Märchen Meditation**



Weitere Infos zu Tanz- & Singkreisen Einzelstunden in Schöneberg & online  
[soumaya-hiltmann.com](http://soumaya-hiltmann.com)

