

# DAS ROTE ZELT LA TENDA ROSSA

MALS/MALLES

7 - 11

10.2024

MERANO

21 - 25

10.2024



# MALS - MALLES

Bibliothek, Gen. I. Verdroßstr. 26  
 Öffnungszeiten: 9.00 bis 12.00 und 19.00 bis 22.00

**07/10**  
MO/LU

**9 - 11 Uhr (DE)**  
Fußanalyse und Signale des Körpers wahrnehmen und deuten lernen - **Birgit Seissl**


**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
Pfrosln, Glanen, Schleachn: Geschichten und Heilwirkungen der wilden Beeren im Herbst - **Irene Hager**

**08/10**  
DI/MA

**9 - 11 Uhr (DE)**  
Die Kraft des Weiblichen - **Martina Wienchol** 

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
Dialog, eine runde Sache - offenes Kreisgespräch von Frau zu Frau - **Katharina Erlacher**

**09/10**  
MI/ME

**9 - 11 Uhr (DE)**  
Bewegung in den 4 Zyklusenergien - **Julia Alber** 

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
MANTRA Abend – singen, entspannen, Kraft schöpfen  
**Andrea Bernhart**

**10/10**  
DO/GI

**9 - 11 Uhr (DE)**  
Caring Kundalini Yoga - **Margit Brugger** 

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
Das Medizinrad als Lebenskompass - **Kathrin Hofer**

**11/10**  
FR/VE

**ore 9 - 12 Uhr (DE/IT)**  
Raum für dich, Austausch, Bücher stöbern, einfach sein  
Spazio per te, per scambiarsi, sfogliare libri o rilassarsi

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
b.e.n. Methode und Tantra - **Miriam Pobitzer**

Bitte Yogamatte und Sitzkissen mitbringen / portare tappetino yoga e cuscino da meditazione.



# MERAN - MERANO

Work Up - Streetwork - HUB37, Otto Huber Strasse 37  
 Orario di apertura: 9.00-12.00 e 19.00-22.00

**21/10**  
MO/LU

**ore 9 - 11 (IT)**  
Meditazione trascendentale, una pratica semplice, antica e affascinante - **Sandy Kirchlechner** 

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
Wechseljahre: „Die wilde Zeit“?!  
**Christina Moser, Cinzia Cappelletti**

**22/10**  
DI/MA

**9 - 11 Uhr (DE)**  
Yin Yoga - sanft ankommen - **Judit Putzer** 

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
Die Kraft deiner Ahninnen - **Karin Raffener** 

**23/10**  
MI/ME

**9 - 11 Uhr (DE)**  
„Ich, die Liebe und das liebe Geld“  
**Marlene Elvira Nardone**

**19:30 - 21:30 Uhr (IT)**  
La salute ormonale nella donna nel tempo di longevità  
**Dott.ssa Gelsy Arlene Villanueva**

**24/10**  
DO/GI

**ore 9 - 12 Uhr (DE/IT)**  
Raum für dich, Austausch, Bücher stöbern, einfach sein  
Spazio per te, per scambiarsi, sfogliare libri o rilassarsi

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
Sing aus deinem Herzen - **Michaela Preindl**

**25/10**  
FR/VE

**ore 9 - 11 (IT)**  
La donna e le relazioni - **Francesca Zangrandi**

**19:30 - 21:30 Uhr (DE)**  
Göttinnen ganz in deiner Nähe - **Thea Unteregger**

Bitte Yogamatte und Sitzkissen mitbringen / portare tappetino yoga e cuscino da meditazione.



Ein Ort, an dem Frauen zusammenkommen, sich neues Wissen aneignen, gemeinsame Erfahrungen machen, sich eine Auszeit nehmen, sich bestärken.

Un luogo in cui le donne possono riunirsi per acquisire nuove conoscenze, condividere esperienze, prendersi del tempo per se stesse, rafforzarsi a vicenda.

**Anmeldung:** Teilnahme vormittags ohne Anmeldung. Anmeldung für die Abendeinheiten unter [blufink.com/rotes-zelt/](https://blufink.com/rotes-zelt/) (oder QR code).  
Freiwilliger und bewusster Energieausgleich erwünscht!

**Iscrizione:** la partecipazione agli eventi mattutini è possibile senza iscrizione. Per iscriversi agli eventi serali: [blufink.com/rotes-zelt/](https://blufink.com/rotes-zelt/) (o scansionare il codice QR).

È gradito un contributo libero e consapevole!



Ein Projekt von / un progetto di

# blufink

Mit der freundlichen Unterstützung von



Bildungsausschuss  
Mals



FRAUEN  
MUSEUM  
MUSEO DELLE DONNE I MERANO



STADTGEMEINDE MERAN  
COMUNE DI MERANO



BEZIRK  
VINSCHGAU