

einfach da sein

# Kursprogramm 1. Halbjahr 2022



**sunnehus**  
Kur und Bildung



# Sunnehus – Kursprogramm 1. Halbjahr 2022

Das ganze Kursangebot im Sunnehus, inklusive aller Gastkurse finden sie auf unserer Webseite --> [www.sunnehus.ch](http://www.sunnehus.ch)

## Januar

Samstag, 1. Januar und Sonntag, 2. Januar

**Neujahrs - Festtagsprogramm** - *Team Sunnehus*

Mittwoch, 12. Januar 09.00 – 16.00

**Atemtag** - Vom Alltag in die innere Ruhe kommen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Freitag, 14. Januar 18.00 bis Sonntag, 16. Januar 16.00

**Paarkurs** - Im Dialog vom Ich und Du zum achtsamen Wir, in dem die Schöpferkraft wirksam ist - *Christa Haas und Sandra Kalberer*

Freitag, 21. Januar 15.00 bis Sonntag, 23. Januar 16.00

**Grundkurs ATLPS**

**Atem- und Empfindungskurs in Verbindung mit Klang** - Das Bewirkende von Atem und Klang erfahren - *Julia Gerig und Verena-Barbara Gohl*

## Februar

Donnerstag, 10. Februar 18.00 bis Sonntag, 13. Februar 16.00

**Grundkurs ATLPS**

**Atem- und Empfindungskurs** - In sich horchend sein, die Schöpferkraft wirken lassen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Sonntag, 27. Februar 09.00 - 16.00

**Atemtag** - Vom Alltag in die innere Ruhe kommen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

## März

Donnerstag, 03. März 18.00 bis Sonntag, 06. März 16.00

### **Grundkurs ATLPS**

**Atem und Dialog** - Im Dialog sein in sich selbst und mit dem Du - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Sonntag, 20. März 09.00 - 16.00

**Atemtag** - Vom Alltag in die innere Ruhe kommen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

## April

Sonntag, 10. April 18.00 bis Mittwoch, 13. April 16.00

### **Grundkurs ATLPS**

**Atem- und Empfangungskurs** - In sich horchend sein, die Schöpferkraft wirken lassen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Donnerstag, 14. April bis Montag, 18. April

**Gemeinsam die Kar- und Ostertage feiern** - Team Sunnehus

## Mai

Sonntag, 01. Mai 09.00 – 16.00

**Atemtag** - Vom Alltag in die innere Ruhe kommen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

## Juni

Sonntag, 05. Juni 09.00 – 16.00

**Atemtag** - Vom Alltag in die innere Ruhe kommen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Freitag, 17. Juni, ab 17.30 Apéro & Menu, 20.15 Konzert

**Konzert zur Sommersonnenwende**

Donnerstag, 23. Juni 18.00 bis Sonntag, 26. Juni 16.00

### **Grundkurs ATLPS**

**Atem und Dialog** - Im Dialog sein in sich selbst und mit dem Du - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

## Juli

Sonntag, 17. Juli 9.00 - 16.00

**Atemtag** - Vom Alltag in die innere Ruhe kommen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Freitag, 22. Juli 18.00 bis Sonntag, 24. Juli 16.00

**Paarkurs** - Im Dialog vom Ich und Du zum achtsamen Wir, in dem die Schöpferkraft wirksam ist - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

## Vorschau 2. Jahreshälfte

So 28.08. 09.00 - 16.00

**Atemtag** - Vom Alltag in die innere Ruhe kommen - *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Fr 02.09. 18.00 - So 04.09. 16.00

**Paarkurs** - Im Dialog vom Ich und Du zum achtsamen Wir - *Christa Haas und Sandra Kalberer*

Do 15.09. 18.00 - So 18.09. 16.00

**Grundkurs ATLPS - Atem und Empfindung** - In sich horchend sein, die Schöpferkraft wirken lassen  
- *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

Do 20.10. 18.00 - So 23.10. 16.00

**Grundkurs ATLPS - Atem und Dialog** - Im Dialog sein in sich selbst und mit dem Du  
- *Christa Haas und Sandra Kalberer oder Rita Galliker*

**Stiftung Sunnehus** Moosstrasse 41 | CH 9658 Wildhaus

+41 71 998 55 55 Telefon | +41 71 998 55 56 Fax | [info@sunnehus.ch](mailto:info@sunnehus.ch) | [www.sunnehus.ch](http://www.sunnehus.ch)

IBAN CH57 0078 1291 0330 0090 6 | St. Galler Kantonalbank

Toppenburg

