



## Das Team



### Christian Bollmann

Multiinstrumentalist und versierter Obertonsänger, Komponist, Chorleiter und Produzent. Seine Neue Meditative Musik ist geprägt vom Klang der menschlichen Stimme sowie vom Klang archaischer und neuer Instrumente.

Er ist Pionier einer neuen Gesangskultur und Gründer und Leiter des Oberton-Chors Düsseldorf. Für ihn ist die Stimme ein Werkzeug, mit dem jede(r) spielerisch die Kraft, die Gesetze und Geheimnisse der Musik selbst erfahren kann. Er beflügelt uns, an allen Orten einen erfüllenden Klangraum zu schaffen.



### Jutta Reichardt

Tao Yoga Lehrerin, Aqua Wellness Bodyworkerin, integrativ tätige Ärztin und Psychotherapeutin. Sie schöpft aus Quellen traditioneller und energetischer Heilweisen.

Mit ihrem Partner Christian Bollmann leitet sie u.a. die Projekte Klang-Heil-Kunst, Aqua-Sound-Floating und weltweite Klangexkursionen zu besonderen Kraftorten. Ihr Herzensanliegen ist es, das in jedem Menschen vorhandene Potential der Selbstheilung und Verwirklichung anzuregen und die essentielle Freude des Seins zu fördern.



### Sabine Heimrich

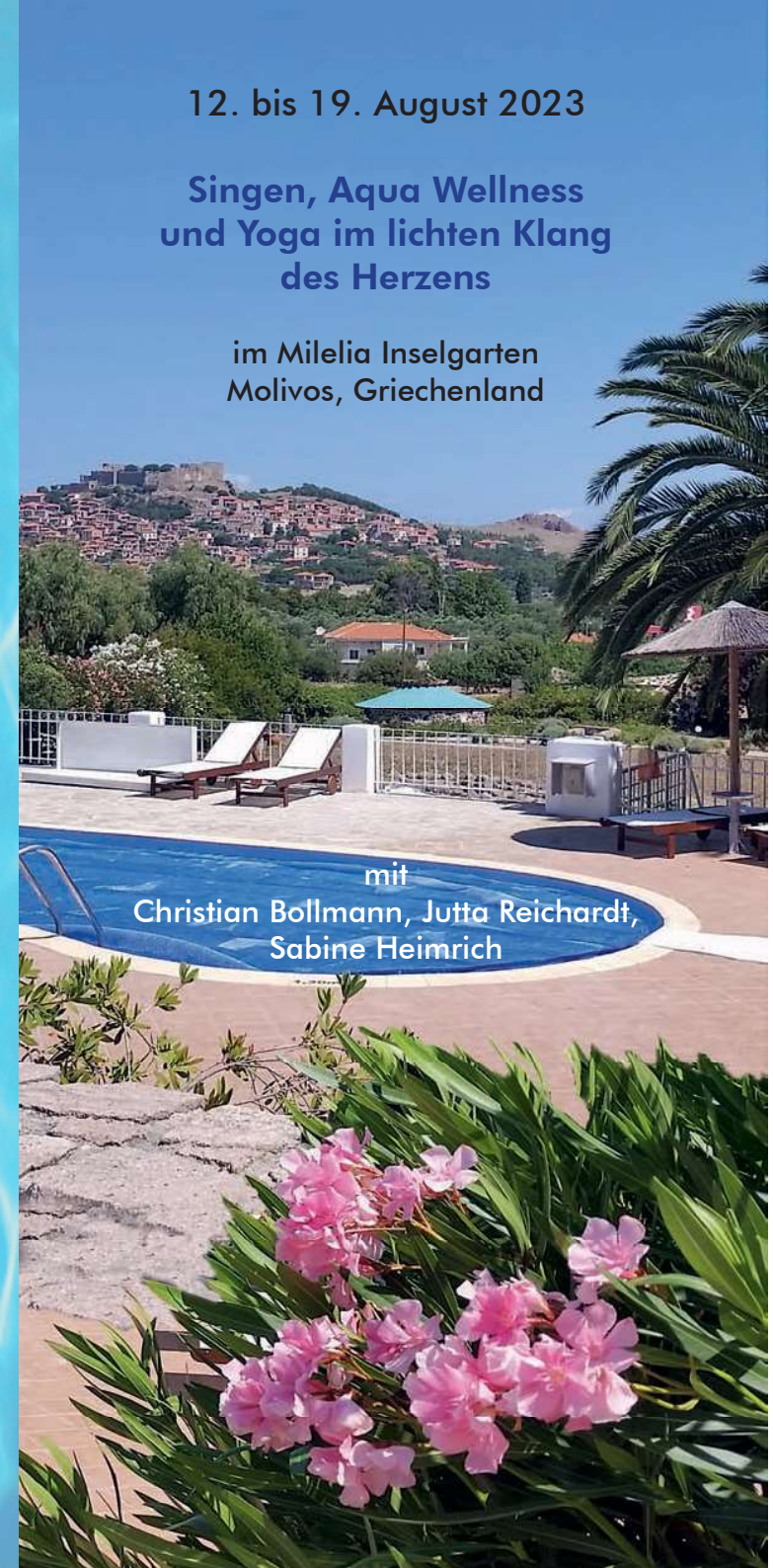
Fachkrankenschwester für Psychiatrie und Psychotherapie, Yogalehrerin, Aqua Wellness Bodyworkerin, Achtsamkeitstrainerin. Sie gibt Aqua-Wellness-Sessions in Bad Sulza.

2007 lernte sie bei Christian und Jutta auf Lesbos Floating im Wasser kennen. Das wohlige Spüren von Schutz und Geborgenheit und das Erleben scheinbar grenzenloser Freiheit inspirierte sie bald, dieses Gefühl auch an andere Menschen zu vermitteln. Beim Yoga bezieht sie die Verbindung zwischen innerer und äußerer Haltung ein, gibt Raum für eigene tiefe Erfahrungen und Entspannung.

12. bis 19. August 2023

**Singen, Aqua Wellness  
und Yoga im lichten Klang  
des Herzens**

im Milelia Inselgarten  
Molivos, Griechenland



mit  
**Christian Bollmann, Jutta Reichardt,  
Sabine Heimrich**

## Nada Brahma... alles ist Schwingung, alles ist Klang.

Wir laden Dich ein zu einer erholsamen, inspirierenden und erlebnisreichen Woche, in der wir aus unserer Freude und Erfahrungfülle verschiedene heilsame Wege zur ganzheitlichen Harmonisierung von Körper, Geist und Seele vorstellen und teilen. Die Ursprünglichkeit und Schönheit der Insel mit ihren Farben und Düften bieten einen wundervollen Rahmen. Insbesondere das liebevoll angelegte und gepflegte Gelände des Milelia Inselgartens ist seit jeher als besonderer Heilort bekannt. Genieße die besondere Atmosphäre des Ortes mit seinen Kraftplätzen. Hier beherbergen uns geschmackvoll eingerichtete Zimmer und Zirkuswagen. Das leckere Frühstück mit Zutaten aus der Region genießen wir gemeinsam unter Palmen. Auf Wunsch wird uns ein leichter Mittagssnack gereicht. Im Teehaus gibt es eine Küche, in der Du die Möglichkeit hast, Dir selbst Essen zuzubereiten. Umgeben von reizvoller Landschaft liegt der Inselgarten zu Füßen des malerischen Weltkulturerbe-Ortes Molivos mit seinen hübschen Gäßchen und der mittelalterlichen Burgruine, seinen kleinen Geschäften, den gastfreundlichen Menschen, dem gemütlichen Hafen, zahlreichen Restaurants mit kulinarischen Köstlichkeiten und dem einladenden Strand. Eine frische Meeresbrise schenkt Lesbos ein meist angenehmes Sommerklima. Wir werden im hellen Licht des Südens zu Naturschauplätzen wandern, uns am herzlichen Miteinander und beim gemeinsamen Singen sowie der erfrischenden Einker in Lokalen erfreuen.

## Unser reichhaltiges Seminarprogramm (ca. 5-6 Stunden verteilt über den Tag mit ausreichenden Pausen)

- kraftvolle und meditative Lieder des Seins und des Wandels
- spielerischer Umgang mit Atem, Stimme und Bewegung
- Obertongesang, Klangreisen, Stille
  
- Aqua Wellness als wundervolle Körperarbeit im warmen Quellwasser- Pool unter freiem Himmel
  
- Tao-Yoga im Schatten einer ehrwürdigen Eiche des Inselgartens
- Hatha-Yoga im schönen Oktagon-Seminarraum
  
- Labyrinth-Begehung, Wanderungen und mehr...



Wir schöpfen aus diesem reichhaltigen Angebot und lassen Raum für individuelle Bedürfnisse.

## Seminar, Unterkunft, Anreise

Termin: 12.08. - 19.08.2023

**Seminarkosten:** 490,- Euro p. P.; 880,-Euro pro Paar  
**Frühbucher 440,- Euro p.P.; 850,- Euro pro Paar**  
(Anmeldung bis 31.03.23)

**Unterkunft mit Frühstück** pro Person und Woche  
im Doppelzimmer ab 340,-Euro  
im Einzelzimmer ab 440,-Euro

Details siehe Zimmerbeschreibung unter  
<https://www.milelia-inselgarten.com>

**Mittagessen:** leckerer Salat oder eine kleine einheimische Gaumenfreude zwischen 6,- und 9,- Euro

**Poolkosten:** (für unsere 34-36°C)  
einmalig ca. 50,- Euro, je nach Teilnehmerzahl

**Anreise:** Buchung des Fluges erfolgt eigenständig, z.B. mit Aegan Airlines; Abholung vom Flughafen kann organisiert werden, Fahrt pro Taxi ca 70,- Euro.  
Wir helfen bei Fahrgemeinschaftsbildung.

**Anmeldung, nähere Infos über Sabine Heimrich**  
[sabine-heimrich@web.de](mailto:sabine-heimrich@web.de)  
[www.sabine-heimrich.de](http://www.sabine-heimrich.de)  
Telefon +49 3641 356663

