

Für alle, die Gesundheit neu erleben möchten – offen, inspirierend, praxisnah.

# WellBeing

Dein Tag für: **Vitalität & Balance**

**Empfehlung: Melde dich kostenfrei über Eventbrite an.**  
Spontane Gäste sind uns jedoch ebenso willkommen!

**[HIER geht es zum online-ticket](#)**

**26.10.2025 VON 10 BIS 15 UHR**

**ORT: FREI-ZEIT-HAUS**

**PISTORIUSSTR. 23**

**13086 BERLIN**



## Allgemeine Hinweise

- Bitte 10 Minuten vor Beginn da sein (Einlass ab 9:50 Uhr).
- Schuhfreie Zone – rutschfeste Socken oder Hausschuhe mitbringen.
- Eigenes Wunsch-Getränk & Snacks mitbringen. Vor Ort: Wasser, Tee sowie Kaffeeautomat (gegen Entgelt).
- Um das Programm in Ruhe genießen zu können möglichst den gesamten Zeitraum einplanen.
- Für einige Angebote empfohlen:  
Yogamatte, Kissen, Decke.
- Eintritt frei – eine Herzensbox für Spenden steht bereit.

Eine Veranstaltung des  
**DGAM**  
Deutsche Gesellschaft  
Alternativer Medizin e.V.

# Tages-Highlights: Workshops & Vorträge

ZEIT	AKTIVITÄT	RAUM
10:00 – 10:20	<b>ERÖFFNUNG</b> IM HERZSCHLAG DER TROMMEL – AUFTAKT IN GEMEINSCHAFT <b>CORINNE ADOLPH</b>	SAAL
10:30 – 10:45	<b>VORTRAG</b> EPIGENETIK & CHRONISCHE ERKRANKUNGEN <b>ALINA EL-KHALILI</b>	VORTRAGSBEREICH
10:50 – 11:20	<b>WORKSHOP</b> EMOTIONAL DANCE – AUSDRUCK FINDEN, INNERE FREIHEIT SPÜREN <b>ANNETT SCHULZ</b>	RUHERAUM
11:25 – 11:40	<b>VORTRAG</b> NEURODERMITIS ENTSCHLÜSSELT – URSACHEN ERKENNEN, BALANCE FINDEN <b>MELANIE WIESELER</b>	VORTRAGSBEREICH
11:45 – 12:15	<b>WORKSHOP</b> KLANGSCHALEN – SCHWINGUNG & ENTSPANNUNG ERLEBEN <b>ANIKA WITTCHEN</b>	RUHERAUM
12:20 – 12:35	<b>VORTRAG</b> HYPNOSE – FERNSTEUERUNG FÜR'S GEHIRN? <b>DR. SYLVIA SPRINGER &amp; DANIELA BETZ</b>	VORTRAGSBEREICH
12:20 – 12:40	<b>WORKSHOP</b> TANZPARKETT – GEWALTFREIE KOMMUNIKATION <b>KATJA BRAUER</b>	RUHERAUM
12:45 – 13:00	<b>WORKSHOP</b> HANDMASSAGE – ENTSPANNUNG ZUM MITMACHEN <b>HEIDI CLEMENS</b>	EXHIBIT HALL
12:45 – 13:05	<b>WORKSHOP</b> ACHTSAMKEIT IN UND MIT DER NATUR – ANKOMMEN BEI DIR <b>KERSTIN KOHLHOFF</b>	IM GARTEN
13:10 – 13:30	<b>Körperpraxis</b> <i>Reise zu deiner Quelle – Innere Präsenz</i> <b>Elena Weisheim</b>	RUHERAUM
13:30 – 14:15	<b>WORKSHOP</b> DUFT, ATEM & SOUND – EINE MULTISENSORISCHE REISE <b>ELENA &amp; ALAN</b>	RUHERAUM
14:25 – 14:45	<b>ABSCHLUSS</b> GEMEINSAMER AUSKLANG – INTEGRATIONSTRANCE <b>NICOLE SZOPINSKI</b>	SAAL

## Zungenanalyse

**Ayurveda** betrachtet die Verdauungskraft als zentrale Schlüsselrolle, wenn es um die Entstehung von Krankheiten geht. Die Zunge gibt uns dabei einfache Hinweise über Stoffwechsel und den allgemeinen Gesundheitszustand.

Einzelanwendungen bei **Judith Mateffy**

**Bitte vorab Kontakt aufnehmen für eine kurze Anamnese.**

☎ **0179-6640376**

**www.studio108-berlin.de**

# Individuelle Highlights



## Bioenergetische Gesichtsmassage

Eine zarte Reise über die Haut – beruhigende Berührungen lassen Spannungen schmelzen, bringen deine Lebensenergie ins Fließen und schenken dir strahlende Leichtigkeit. Ein Moment nur für dich, um innere Ruhe und neue Kraft zu spüren.

Einzelanwendungen bei **Corinne Adolph**

**Eintragungsliste am Ruheraum**

☎ **0177-4071834**

**www.corinneadolph.de**

## Reiki

Sanfte Energiearbeit, die Körper und Seele berührt. Durch aufgelegte Hände darf innere Balance entstehen – ein stiller Raum für Ruhe, Heilung und neue Kraft.

**Schnupper-**Anwendungen bei **Melanie Wieseler**

**Eintragungsliste am Ruheraum**

☎ **0176-46601180**

**www.melaniewieseler.com**

## Ohr-Akupunktur

Feine Impulse über das Ohr regen die Selbstheilungskräfte an, harmonisieren Körper und Geist und können wohltuende Entspannung schenken.

Anwendung bei **Kristina von Angern**

☎ **0172-3057107**

**www.kristinavonangern.de**

## Shiatsu

Shiatsu, dt. „Fingerdruck“, ist eine aus Japan stammende ganzheitliche sanfte Körperarbeit, bei der, mithilfe von Gelenksrotationen, Dehnungen und dem Einsatz von Handballen, Daumen, Ellenbogen und Knie der ganze Körper berührt, bewegt und belebt wird

Einzel-Anwendungen bei **Anamarie Steimer**

**Eintragungsliste am Ruheraum**

☎ **0176-40542374**

**www.shiatsu-to-fly.com**

# WellBeing-Team

...mit einem "Klick" landest du direkt  
im Postfach oder auf der Webseite

Anbieter/in	Telefon	Email	Webseite
Alina El-Khalili	0174-3927472	info@13ways.de	www.13ways.de
Annett Schulz	0176-52922093	annett@sayaa.de	www.sayaa.de
Anika Wittchen	0155-63623814	mail@anikawittchen.de	www.anikawittchen.de
Dr. Sylvia Springer & Daniela Betz	0152-07505708	info@seelenbar.de	www.seelenbar.de
Elena Margulis & Alan Piatek	0178-4040714	elena.m.margulis@gmail.com	
Elena Weisheim	0157-52206517	e.weisheim@web.de	
Hans-Martin Sonntag	0178-1976398	hmsonntag@gmx.de	
Heidi Clemens	0174-1668036	heidi.clemens@t-online.de	www.heidiclemens.de
Judith Mateffy	0179-6640376	judith@studio108-berlin.de	www.studio108-berlin.de
Katja Brauer	030-50572137	office@entdecke-dein-strahlen.de	www.entdecke-dein-strahlen.de
Kerstin Kohlhoff	01577-1912055	info@kerstin-kohlhoff.de	www.kerstin-kohlhoff.de
Kristina von Angern	0172-3057107	kristina@kristinavonangern.de	www.kristinavonangern.de
Melanie Wieseler	0176-46601180	neuroamazone@gmail.com	www.melaniewieseler.com
Nicole Szopinski	0176-72571189	kontakt@nicole-szopinski.de	www.nicole-szopinski.de
Tobias Lipski	0173-3863701	lipski-wasser@gmx.de	
Corinne Adolph	0177-4071834	info@corinneadolph.de	www.corinneadolph.de
Anamaria Steimer	0176-40542374	info@shiatsu-to-fly.de	www.shiatsu-to-fly.de