

KRAFT-NEWS 27

KFL SOMMERPROGRAMM – neue Zeiten!

siehe www.kraeffuerleben.org

neue FOTOS!

**Die Menschen gleichen sich in den Worten
aber an den Taten kann man sie
unterscheiden.**

Jean-Baptiste Molière

Danke Daniela!

KfL-CLUB-PROGRAMM

WICHTIG: Anmeldeschluss

Theater-Wochenende Freilichtbühne Elbigenalp (wunderschön in den Fels gebautes, bei Schlechtwetter überdachtes Freilufttheater!) **Mo 12.7.**

Näheres s. unten!

DIESES WOCHE NOCH:

Freitag Tagesausklang Kreatives Schreiben mit Helga - im KfL um 18 Uhr

Wanderung am Samstag 3. Juli mit Angelika

Hochsommerliche Seenwanderung für Leute mit durchschnittlicher und guter Kondition und Wanderlust um Seefeld, Möserer See, Lottensee, Wildmoossee - wunderschön!

Abfahrt mit Zug Hauptbahnhof Innsbruck um 10.08 nach Seefeld, dort holt Anglika euch am Bhf ab - Abfahrt in Innsbruck selbständig! **Treffpunkt für die Wanderer 9.45 Uhr vor M-Preis im Hbf-Gelände.**

Dauer ca. 4 Stunden, Höhenmeter 150, Einkehrmöglichkeit. Jause und Regenschutz mitnehmen! Sonnencreme, Kopfbedeckung!

Anmeldung bei Irene 0650-2324531!!!

Montag 5.7.	15.00	KfL	KfL CAFÉ mit Karin und Angelika
Dienstag 6.7.	9.00	KfL	Guten-Morgen QI GONG & Mehr mit Irene (neue Zeit!)
Mittwoch 7.7.	20.00	KfL	Träume 2 – geschlossene Monatsgruppe mit Dr. Paul Kennedy INTERESSENTEN für die Herbstgruppe bitte rasch per mail bei mir melden!
Donnerstag 8.7.	19.00 NEU IM SOMMER	KfL	KFL-ABENDRUNDE mit Irene & Andrea Gemütliches Beisammensein mit ganz spontanem Tun und Sein (z.B. Abendbummel, Kärtchenspiel, Leserunde, Stricken. Jeder nimmt sich seine Jause mit!)
Freitag 9.7.	18.00	KfL	KREATIVES Sommer-MALEN mit Gitti im KfL! Beginn 18 Uhr!!!
	19.30	YOGA SHALA	MANTRASINGEN mit Yádava

		Andreas-Hoferstr.13 zw Billa+Bipa	12 Euro – keine Anmeldung nötig! Für alle die Lust haben, sich (wieder) dem gemeinsamen Singen heilsamer christlicher und indischer Mantras hinzugeben und in tiefen Kontakt mit eigenem inneren Frieden zu kommen.
Sonntag 11.7.	Ganztägig Abfahrt KfL 8 Uhr, ca 1,5 Fahrstunde n	Anmeldeschluss 8.7. 0650-2324531	SÜDTIROL AUSFLUG ZUM FRIEDENSWEG BEI KALTERN Wir holen die wegen Schlechtewetters abgesagte Wanderung am Friedensweg in Kaltern nun nach. Ca. 3 stündige Wanderung Regenschutz, gutes Schuhwerk, Jause

VORSCHAU JULI

Mantrasingen mit Yâdava

FREITAG 9. JULI 19.30 - 21.30

Antaratma Yoga Shala Innsbruck, Andreas Hofer Str. 13 - zw. Billa+Bipa

12 Euro – keine Anmeldung

Yâdava: Klangreisender, Musiker, Yogalehrer und Meditationskursleiter (BYV):
Für ihn sind Klang und Musik ein heilsamer Weg das Herz zu öffnen, inneren Frieden zu finden und sich an das Göttliche anzubinden. Er gibt Kirtan, Klangreisen und Klangworkshops im In- und Ausland

„So ein Theater!“

von und mit Armin Staffler

Montag 19. Juli, 2. August, 6. und 20. September jeweils 19 Uhr starten wir mit einer „absichtslosen“ **Theatergruppe unter der Beg-Leitung von Armin Staffler** (Theaterpädagoge)

„*Theater ist ein Raum, zwei Menschen und Leidenschaft*“ (Lope de Vega)*
Mehr braucht es nicht. Es gibt Theater mit und ohne Text, laut und leise, mit wenig oder viel Bewegung, still und kraftvoll, als Experimentier- und Ausdrucksraum, mit eigenen oder fremden Geschichten. Alle Menschen können Theater spielen, auch die Schauspieler.

** Es können aber gerne mehr als zwei Menschen sein. Den Raum bietet KfL. Die Leidenschaft und Spielfreude ist mitzubringen. Es ist auch die Teilnahme an einzelnen Abenden möglich!*

Kosten:

Mit Block: 8 Euro für KfL-Mitglieder, 12 Euro für Nicht-Mitglieder pro Abend
Ohne Block: 2 Euro mehr

Ort im KfL, bei mehr als 7 Personen (die sich bis Donnerstag Abend bitte unter 0650-2324531 angemeldet haben) versuchen wir einen größeren Raum anzumieten.

31.7./1.8. – Theaterwoche Elbigenalp **ANMELDESCHLUSS 12.7.**

"Eine Handvoll Heimat" - Tiroler in Pozuzo

mit Besuch von Claudia Lang's neuestem Bühnenstück in der Freilichtbühne Elbigenalp, Wanderung und Führung in den Lechtalauen

Abfahrt Samstag 8.30 Uhr, Wanderung bei Schönwetter auf der Fahrt nach Elbigenalp. Unterkunft wie immer bei Oliver in seinem gemütlichen Hotel Panorama, Mitbenutzung der 4-Stern-Wellnessanlage und des Teichs des www.alpenparadies.at. Sa Abend Theaterbesuch (3.Reihe).

Infos zum Inhalt <http://www.lechtal.at/geierwally> und in den Cafés

Kosten: 95 Euro für KfL-Mitglieder und 110 Euro für Nichtmitglieder. Führung Lechtalauen extra. Ratenzahlung für Mitglieder möglich! EZ-Zuschlag 8 Euro

Anmeldung bis SPÄTESTENS 10. Juli bei Irene Tel. 0650-2324531. 15 Plätze!

KfL und der Jakobsweg

„Auf der Suche nach Erfüllung und nicht nach Entbehrung“
machen wir uns im Herbst wieder auf den Weg – mit
Begleitfahrzeug fürs Gepäck und vorreservierten authentischen
Pilgerunterkünften

Lisa Kutmon startet am 21.August ein drittes Mal mit einer Pilgergruppe in Innsbruck, um voraussichtlich 2014 nach 5 zwei- bis vierwöchigen Etappen Santiago de Compostela zu erreichen!

(Die zweite Gruppe kam Mitte Mai aus Varaire zurück und setzt ihren Weg im April/Mai 2011 in einer dreiwöchigen Pilgerwanderung bis über die Pyrenäen nach Spanien vor. Event. Restplätze!)

„Es liegt mir wie immer viel daran, dass jeder, der sich uns anschließt, ganz individuell seinen Weg gehen kann. So gibt es ausreichend Gelegenheit alleine, langsam und in Stille zu wandern, sich aber auch mit anderen Pilgern auszutauschen. Unsere gemeinsamen Zeiten sind das Frühstück und das Abendessen. Die Abende verbringen wir meist in fröhlicher, manchmal auch besinnlicher Runde.

Es geht bei unseren Pilgerwochen keineswegs um Leistung und "Etappen erledigen" sondern darum, ein weit entferntes Ziel mit vielen geduldigen kleinen Schritten zu erreichen. Gleichzeitig sammeln wir viele bereichernde und verändernde Erfahrungen und Erkenntnisse.

Erste Etappe von Innsbruck nach Maria Einsiedeln: Unsere tägliche Gehleistung beträgt im Schnitt 25 km, bzw. 6 Gehstunden. Der Weg führt uns über den Maiensee am Arlberg (höchste Erhebung am Jakobsweg), das Klostertal, durch das Apenzellerland und Rapperswil mit seiner Pilgerbrücke über den Zürichsee nach Maria Einsiedeln. Wir übernachten in Privatzimmern, Pfadfinderheimen, Klöstern und Jugenderherbergen. Gelegentlich kochen wir selbst. Begleiterin u. gelegentliche Küchenchefin ist wieder **Angelika Zak**“.

Ich freue mich auf DEIN Mitgehen – es gibt noch 4 freie Plätze!

KOSTEN: 800€ (KfL-Mitgl.750€) ANMELDUNG und INFOS: Lisa 0699-16202020