

RHYTHMUS _ KLANG _ KÖRPER

23. – 30.08.2026

Sonntag, 23.08.2026

Anreise auf die Fafleralp – Ankommen. Loslassen

16.00 Uhr Apero & Eröffnung

18.30 Uhr Abendessen

20.00 Uhr **Gemeinsames** – eine Vorausschau, auf das, was kommt

Montag, 24.08.2026

7.30 Uhr Tai-Chi

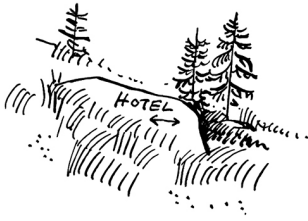
mit Claudia auf unserer Waldplattform. Der Morgen beginnt mit ruhigen, heilsamen Bewegungen, die uns in die Präsenz und Leichtigkeit führen. Im Anschluss vitales Frühstück vom Buffet.

10.30 Uhr – 12.00 Uhr Rhythm & Drums «Ordnung, Herzschlag & Lebenspuls» **mit Claudia**

Raus aus dem Kopf – rein in den Körper. Rhythmus ist eine der ältesten Heilsprachen der Menschheit. In dieser Session nutzen wir ihn, um Spannungen zu lösen, Energie zu befreien und uns wieder als Teil des Großen Ganzen zu erleben. Erste Trommel-Session für Körper- & Rhythmuserfahrung – in den eigenen Rhythmus im Leben eintauchen, loslassen, genießen und Spaß haben.

Zeit für Dich!





16.00 – 17.30 Uhr Deine Stimme – Dein Ich

mit Ingrid

Den ureigenen Klang finden, sich über seinen eigenen Klang_Körper ausdrücken, losgelöst von äußerer Beurteilung. Unsere Stimme ist Ausdruck unserer Identität, unseres inneren Raumes und unseres Wesens. Die Stimme wird hier nicht trainiert – sie wird erinnert, wieder in Kontakt gebracht bevor äußere Erwartungen sie formten. Es geht darum, den eigenen, natürlichen Ausdruck wiederzufinden.

20.00 – 21.00 Uhr Gemeinsames (Meditation, Stimme, Rhythmus, Klang, Körper)

Dienstag, 25.08.2026

7.30 Uhr Tai-Chi Aufwachen & Einatmen

10.30 – 12.00 Uhr Herztöne

mit Ingrid

Wahrnehmen von Resonanz im Stimmenexperiment. Harmonien und Dissonanzen erfühlen. Wenn Herz und Stimme verbunden sind, klingt authentisches Sein durch jede Silbe. Herz und Stimme eröffnen den Raum für Gefühle, die wir sonst zurückhalten. Sich auf Schwingungen im Raum einlassen.

Zeit für Dich!

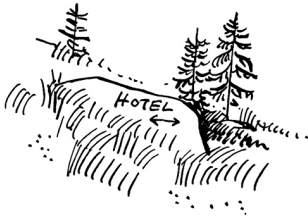
16.00 – 17.30 Uhr Heartbeat Session

mit Claudia

Trommeln nach Herzenslust, Rhythmus trifft Emotion, ein ursprünglicher Lebenspuls, den jeder in sich trägt. Herz und Trommeln schlagen gemeinsam.

20.00 – 21.00 Uhr Gemeinsames





Mittwoch, 26.08.2026

07.30 Uhr Tai-Chi Aufwachen & Einatmen

10:30 – 12:00 Uhr « Trance & Release »

mit Claudia

Tauche ein in den Puls deines Körpers, lass los, was nicht mehr dient und spüre die Freiheit deiner eigenen Lebendigkeit. Körperliche Aktivität vereint mit emotionaler Haltung, loslassen des Verstandes.

Zeit für Dich!

16:00 – 17:30 Uhr «Klang & Widerhall»

mit Ingrid & Claudia

Wir bewegen uns im Alltag, finden Klänge und tragen sie in uns weiter, spinnen darauf unsere eigene Melodie. Stimme in Trance: Summen und Mantras, von der Stimme getragen werden, in der Gemeinschaft loslassen, in Fluss kommen – im Anschluss: Atmensitzung - Der Verbundene Atem

20.00 – 21.00 Uhr Gemeinsames

Donnerstag, 27.08.2026

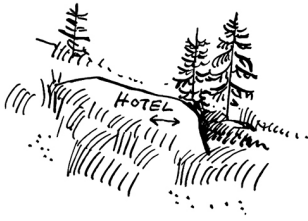
07.30 Uhr Tai-Chi Aufwachen & Einatmen

10.30 – 12.00 Uhr “Earth Rhythm”

mit Claudia & Ingrid

Mein Klang im Raum, meine Stimme in der Natur, am Puls der Zeit ... Reflexion über die gemeinsame Zeit, Stimmenexperiment.





Zeit für Dich!

- 16.30 Uhr** ***Fafleralp Sessions – Opening mit Apero “Return to Paradise”***
Lt. Programm Fafleralp Sessions – im Atelier vom Hotel Langgletscher
- 19.00 Uhr** **Abendmenü (2 zur Wahl), kein à la carte**
- 21.15 Uhr** 1. Konzert Fafleralp Sessions in der Kapelle
lt. Programm Fafleralp Sessions

Freitag, 28.08.2026

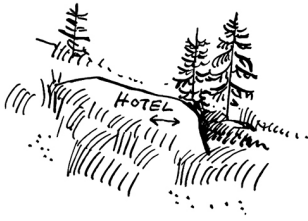
07:30 Uhr Tai-Chi Aufwachen & Einatmen

Frühstück & Abreise oder Eintauchen ins **Sessions Programm** «Fafleralp Sessions» 2026

Fortsetzung mit Festival Programm der Fafleralp Sessions, inklusive

- Festival Pass für alle Konzerte
- Apero & Abendmenü





10.30 - 12.00 Uhr "Circle of Drums"

mit Claudia & Fafleralp Sessions Friends

Session für alle Teilnehmer, auch Fafleralp Sessions Gäste mit spontaner Teilnahme von Künstlern, die im Rahmen der Fafleralp Sessions in Konzerten auftreten.

15.30 Uhr Fafleralp Sessions Konzert lt. Programm Fafleralp Sessions 2026

19.00 Uhr Nachtessen, Abendmenü (2 zur Wahl), kein à la carte

21.10 Uhr Fafleralp Sessions Konzert lt. Programm Fafleralp Sessions 2026

Samstag, 29.08.2026

07.30 Uhr Tai-Chi Aufwachen & Einatmen

10:30 – 12:00 Uhr «Sharmanic Rhythm Journey»

mit Claudia & Session Friends

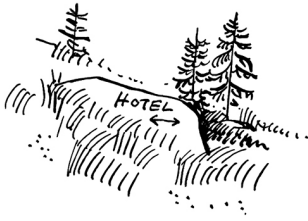
Gemeinsames Trommeln (Percussion Meeting) mit Teilnehmern an der Fafleralp Sessions, Gästen wie Künstler, unter der Leitung von Claudia

15.30 Uhr Konzert lt. Programm Fafleralp Sessions 2026

19.00 Uhr Nachtessen, Abendmenü (2 zur Wahl), kein à la carte

21.15 Uhr Konzert lt. Programm Fafleralp Sessions 2026





Sonntag, 30.08.2026

7.30 Uhr Tai-Chi Aufwachen & Einatmen

Ein letztes Mal beginnen wir den Tag auf unserer Waldplattform mit einfühlsamen Bewegungen und verabschieden uns vom Lärchenwald nach einer inspirierenden, gemeinsamen Zeit.

10:30 Uhr **Gospel** Konzert in der Kapelle lt. Programm Fafleralp Sessions 2026

11:00 Uhr **Brunch & Jam Session** mit Paul & Friends auf der Gartenterrasse

ca. 15.00 Uhr ENDE der Veranstaltungen

