

WIR

Zwei erfahrene
Klinikclowns mit offenem
Herzen und weitem Blick.
Wir bringen Erfahrungen
aus Klinik, Bühne und
Leben mit – und schaffen
einen Raum, in dem alles
sein darf. Auch du!

04. – 11. JULI

- Montag – Freitag 10. – 13.00 Uhr
- Dienstag, Donnerstag & Freitag
zusätzlich 15 – 17.00 Uhr
Anreise: Samstag |
Workshopbeginn: Sonntag
Abreise: Samstag

PREISE AUF ANFRAGE

KONTAKT:

Heike Engmann

Oliver Zinn

0170.7097682

0151.53514885



Clownin.ella@gmx.de
mail@zinnolli.de

KOPF AUS – HERZ AN

Clown sein als gelebte
Achtsamkeit

04. – 11. Juli

 2026

La Gomera

WAS DICH ERWARTET

La Gomera lädt ein, dich aus dem Alltag hinauszutragen. Inmitten von Natur, Stille und Bewegung entsteht Raum, Altes loszulassen und Neues zu entdecken. Eine Reise, die dich erinnert, wie leicht sich Leben anfühlen kann.

Achtsam sein – aber nicht im Schneidersitz!

Der Clown lebt, was Achtsamkeit meint: ganz da sein, offen, authentisch. Er spürt, lacht, stolpert – und nimmt alles an. Kein Urteil, kein Ziel. Nur Leben, jetzt. So wird Achtsamkeit lebendig – laut, leise, wunderbar menschlich.

Clownspiel als Achtsamkeit: Spielerisch erkunden wir, was es heißt, ganz im Moment zu sein.

Über den Clown zu mir selbst:

Der Clown zeigt uns unsere Menschlichkeit – ehrlich, verletzlich, lebendig.

Fühlen statt funktionieren:

Wir üben, unsere Gefühle wahrzunehmen – auch die widerspenstigen.

Kopf, Herz und Körper verbinden:

Bewegung, Spiel und Stille bringen uns in Einklang mit uns selbst.

Leichtigkeit & Absichtslosigkeit:

Wir entdecken, wie viel Freiheit entsteht, wenn wir nichts leisten müssen.

Neue Seiten an sich entdecken:

Durchs Stolpern, Scheitern und Staunen entsteht Verbindung – zu uns selbst und anderen.