JAHRESPROGRAMM 2026

ZEGG

Lebens- und Lernort | Ökodorf
Bildungszentrum | Gemeinschaft

ZEGG

Editorial

Kontinuität und Wandel – das ZEGG wird 35 Jahre alt und erfindet sich immer wieder neu.

Viele Menschen haben dazu beigetragen und wir sind dankbar dafür: ob als Gäste, Gemeinschaftsmitglieder, Seminarleitende oder langjährige Freund:innen. Und immer wieder bringen Menschen neue Impulse in die Gemeinschaft, die wir auch in unser Seminarprogramm aufnehmen. So findet ihr dieses Mal neue Angebote für eine tiefere Verkörperung und Entspannung.

Trotz der vielen Wandlungen sind wir unseren Werten treu geblieben: Das ZEGG ist weiterhin ein Platz für Wachstum in der Liebe und für ein ganzheitliches, zukunftsfähiges und selbstbestimmtes Leben.

Gerade in Zeiten zunehmender Polarisierung und Isolation und wenn Militarisierung wieder Hochkonjunktur hat, setzt sich unsere Gemeinschaft und unser Bildungsbetrieb für Dialog, Kooperation und gewaltfreie Konfliktlösungen ein.

Hier kannst du dich mit deinen Anliegen und Wünschen verbinden, kannst Inspiration und Kraft tanken für Verbindung und Wirksamsein in der Welt. – Damit wir auch in den nächsten Jahren Beziehungen und Gesellschaft mitgestalten.

In diesem Sinne: Herzlich willkommen!

Die ZEGG-Gemeinschaft

eKontakt

zegg-gemeinschaft.de
Ein Abbild unseres vielfältigen Gemeinschaftslebens mit Blog, Portraits, unseren Werten und aktuellen Diskussionen.

zegg.de/newsletter
Zweimonatlich erscheinend, bietet unser Newsletter aktuelle Infos über Ereignisse und Veranstaltungen der ZEGG-Gemeinschaft. Eine An- und Abmeldung ist jederzeit möglich.

facebook.de/zegg.gemeinschaft & instagram.com/zegg.gemeinschaft
Alltäglich Neues auf den ZEGG-Seiten verfolgen. Wir freuen uns natürlich auch auf deinen Beitrag!

zegg.de/podcast
Regelmäßig machen wir hör- und spürbar, was das ZEGG schon lange in die Welt gibt: Menschlichkeit und positiver Wandel ist möglich!

zegg.de/spenden
Hier kannst du spenden. Einmalig oder dauerhaft als Förder:in oder ZEGG-Club-Mitglied. Jede Spende wirkt!

Inhalt

DAS ZEGG

Was ist das ZEGG? ... 3
Das ZEGG unterstützen ... 10

SEMINARANGEBOTE

Kennenlernen & Mitarbeit ... 12
Gemeinschaft & Organisationen ... 16
Kommunikation & Forum ... 19
Lieben lernen ... 23
Veranstaltungskalender ... 28
Ökologie & Wirksamkeit ... 33
Persönliches Wachstum ... 35
Körper, Kunst, Musik ... 41

WISSENSWERTES

Gastveranstaltungen ... 49
Seminarort ZEGG ... 52
Info & Anmeldung ... 53
Anreise ... 55

24. Juli – 4. August

Geheimnisse der Liebe und der Selbstermächtigung

Das ZEGG SOMMERCAMP

zegg.de/sommercamp

Elf Tage zusammen leben, lieben, forschen, feiern …

Das ZEGG Sommercamp ist ein großes Gemeinschaftsereignis für Menschen, die bereit sind ihr Leben zu verändern und tiefer zu schauen, auf bezogene Art zu leben, lieben, zu arbeiten und zu wirtschaften.

Ein Motto dieser Tage wird sein: Verbunden im Erkunden.

Wir erkunden die Apekte der Liebe und schauen, wie es uns gelingt ein lebendiges, intergenerationales Feld aufzubauen. Wir geben Einblick in das Lebensexperiment ZEGG und geben Raum für Auseinandersetzung, zum Innehalten und Wissenstransfer, zu Kreativität und gegenseitiger Inspiration. Willkommen.

Gerrit Jacobi, Jasmin Seipold & die ZEGG-Gemeinschaft

© F.K. Godenschweger

Was ist das ZEGG?

Liebe ist unser höchster Wert. In Gemeinschaft lernen wir, uns immer wieder neu für sie zu entscheiden. Sie befähigt zu Mut und Klarheit und hilft, Grenzen zu erweitern und zu überwinden. Und sie erinnert uns daran, dass wir mehr sind als unsere Körper, Gedanken und Gefühle.

In der ZEGG-Gemeinschaft leben wir gemeinsam – getragen von der Absicht, kooperatives menschliches Zusammenwirken zu erforschen. Im Hier und Jetzt entwickeln wir eine lebenswerte und nachhaltige Lebensweise. Wir stehen für einen Kulturwandel hin zu Kooperation, Mitverantwortung, gegenseitiger Unterstützung und ehrlichem Kontakt.

Mit unseren Bildungsangeboten tragen wir zum gesellschaftlichen Wandel bei. Sie sind inspiriert von unseren Werten und basieren auf jahrzehntelanger Erfahrung. Durch lebendige Lernräume machen wir eine neue Kultur erfahrbar. Wir vermitteln Wissen über Kommunikation, soziale Kompetenz und Gemeinschaftsbildung und vermehren es im Austausch mit unseren Gästen.

Willkommen im ZEGG – einem Liebeslernort, an dem eine zukunftsfähige Lebensweise erfahrbar wird.

22. – 27. Mai
Das PFINGSTFESTIVAL
im ZEGG
zegg.de/pfingsten
Was bedeutet Lieben,
Was ist Eros, was Sex,
und wie kreiert sich
Wirklichkeit?

Lieben, Eros, Wirklichkeit – der zweite Teil dieser Reihe lässt Dich weiter mit deiner tiefen Sehnusucht in Kontakt kommen, ganz mit deiner Liebe & deinem von Eros durchfluteten Wesen da zu sein – und uns zusammen damit eingebunden zu fühlen in Gemeinschaft & in das Große Ganze.

Uns darin in Beziehung zueinander zu erleben. Zu erforschen: *Wo stehe ich? Was braucht es, um gemeinsame gute Erfahrungen zu machen? Und wie kommen das persönliche und das überpersönliche Lieben gut zusammen?*

MIt Erfahrungs- & ExperimentierRäumen, einem Tempeltag, inspirierenden Vorträgen, Kreativität & Festen, Vertiefungsgruppen uvm.

Seit vielen Jahren ein Treffpunkt für Zukunftsforscher*innen.

… für ein authentisches Miteinander – mit unseren Körpern, unserem Mut & unserer Zärtlichkeit! …

Prinzip Gemeinschaft

Im ZEGG (Zentrum für Experimentelle GesellschaftsGestaltung) leben über 100 Menschen generationenübergreifend zusammen.

In Gemeinschaft gehen wir großen Fragen nach und entwickeln Lösungen im Kleinen:

» Wie können Solidarität und Toleranz wachsen?

» Wie sieht ein ressourcenschonender und erfüllter Lebensstil aus?

» Wie kann persönliche Freiheit mit einem Blick auf das Ganze verbunden werden?

» Wo kann das Gelebte ein Modell für die Gesellschaft sein?

Die ZEGG-Gemeinschaft ist Experimentierfeld und soziale Heimat, bietet Stoff für menschliche Entwicklung und wachsende Freundschaft. Das erfahrene Wissen geben wir weiter und inspirieren so gesellschaftliche Veränderung.

Soziale Innovation

In Gemeinschaft unterstützen wir uns, gegenseitig Verantwortung zu übernehmen für unsere Gedanken und Gefühle und die Erfüllung unserer Bedürfnisse. Humorvolle Wahrnehmung von Widersprüchen und das Feedback anderer helfen dabei. Die genutzten und vermittelten Methoden der Kommunikation setzen auch in schwierigen Situationen auf Ehrlichkeit und Verbindung. Unser Know-How in Teambuilding, Gruppenprozessen und langfristiger Gemeinschaft ist die Basis unserer Bildungsarbeit.

Präsenz und Konflikttransformation

Schon lange finden sich bei uns Angebote zur gewaltfreien Kommunikation. In den letzten Jahren entsteht zudem ein verstärktes Forschen an Dialogen, Aufstellungen und non-verbalen Formen der Verständigung. Bewusstseinsübungen, Traumaheilung sowie ein Vertiefen der eigenen Präsenz und Verkörperung gehören dazu.

re LOVE ution

Ein Herzensanliegen des ZEGG ist das Gelingen von Beziehungen. Sie sind Quell von Entwicklungsmöglichkeiten und eine Basis für unser Engagement in der Welt. Die Gemeinschaft lebt in Freundschaft, Nachbarschaft und Kollegialität, in offenen und monogamen Partnerschaften, Familien, Liebschaften und experimentellen Beziehungsgeflechten.

Wir erforschen Beziehungsmodelle, in denen die Diversität der Menschen mit ihren Lebenswegen Platz hat. Historisch bedingt leben hier viele Menschen, die heterosexuell orientiert sind. Heute verstehen wir Geschlecht und Sexualität als vielfältig. Queere Formen des Liebens und Begehrens nehmen zunehmend ihren Platz in der Gemeinschaft ein und gehören immer selbstverständlicher zu unserem Liebesbiotop.

Teil unserer Mission ist ein Wandel hin zu einer sex-positiven Kultur. Darunter verstehen wir eine offene und respektvolle Haltung gegenüber der Vielfalt menschlicher Sexualität, die dazu ermutigt, eigene Wünsche, Vorlieben und Grenzen in Einvernehmlichkeit zu erkunden und auszudrücken.

In unseren Seminaren vermitteln wir Wissen über gelingende Beziehungen und bieten Räume für respektvolle, gewaltfreie und wertschätzende Begegnung, die wir vor allem durch offene Kommunikation, bewusstes Fühlen und Achtsamkeit erschaffen. Unsere Expertise in Liebesdingen wird genährt von über vierzig Jahren Erfahrung am Platz und in Vorläuferprojekten.

Lernort ZEGG

Alle Seminare, Ausbildungen und Festivals sind eingebettet in den sozialen und ökologischen Lebensraum ZEGG.

Wir blicken aus verschiedenen Kontexten auf gesellschaftliche und zwischenmenschliche Themen. Statt Probleme einzeln zu lösen, finden wir so eine Gesamtschau.

Unser Ansatz ist ganzheitlich. Im ZEGG ist deshalb viel Platz für Experimente und künstlerische Gestaltung. ... denn Lernen findet nicht nur im Kopf statt – es lebt auch von Präsenz im Körper, emotionaler Bewusstheit und Intuition.

Kreativ und auf Augenhöhe

Der gemeinnützige Betrieb der ZEGG gGmbH wird seit über 30 Jahren in Selbstverwaltung geführt; er wird von Menschen aus der Gemeinschaft getragen und gestaltet. Die großen Festivals werden in einem co-kreativen Prozess entwickelt, zu ihrem Gelingen trägt schließlich die ganze Gemeinschaft bei.

Der Erfolg unseres Betriebes zeigt, dass es möglich ist, den Menschen in den Mittelpunkt zu stellen und zugleich wirtschaftlich erfolgreich zu sein.

Gemeinsam entscheiden

Als Organisations- und Entscheidungsstruktur nutzen wir die Soziokratie und sind in Kreisen organisiert, die wichtige Lebens- und Arbeitsbereiche gestalten. Dabei leitet uns der Wunsch, umsichtige Entscheidungen auf Augenhöhe zu treffen, Fähigkeiten und Bedürfnisse aller zu integrieren und ein lebenswertes Arbeitsumfeld zu gestalten.

Die ökologische Frage

Die Probleme der Menschheit lassen sich nicht auf der Ebene lösen, auf der sie entstanden sind. Sie sind Ausdruck einer umfassenderen Krise. Deshalb setzen wir auf Bildung und Bewusstseinsarbeit, die das Fühlen, Handeln und den Blick aufs Ganze integriert, gerade in Zeiten des Klimawandels und der zunehmenden Angst davor.

Wir stärken die Verbindung unter Menschen und zur Umwelt sowie die Erkenntnis, dass wir alle Teil eines größeren Ganzen sind. Und erinnern daran, dass unsere Körper Materie sind und wir ein Teil der uns umgebenden Umwelt. Unser Leben und Arbeiten gestalten wir so, wie es tragfähig sein kann – auch für zukünftige Generationen.

Permakultur

Permakulturelle Gestaltung wurzelt in einem Verständnis der Lebenswelt und ihrer Beziehungen. Sie ermöglicht dauerhafte Entfaltung für Mensch und Natur.

© F. K. Godenschweger

Auf unserem Gelände schaffen wir nachhaltige Systeme, die auf Kreisläufen basieren. Dabei werden risikoarme Technologien eingesetzt, die leicht zu beherrschen sind. Solche Lösungen sind Teil eines Lebensstils, der die Begrenztheit von Ressourcen anerkennt und darin Fülle kreiert.

Einige ökologische Projekte

» Die Strom- und Wärmeversorgung des gesamten Geländes ist nach einem nachhaltigen, energetischen Gesamtkonzept gestaltet. Dies vermeidet jährlich die Erzeugung von 66 t CO_2.

» Strom erzeugen fünf Photovoltaik-Anlagen mit 69 kW_p und drei Blockheizkraftwerke. Ein Batteriespeicher zur Erhöhung des Selbstversorgungsgrades und Erweiterung der Solarnanlagen sind in Planung.

» Wärme wird zu 86 % aus erneuerbaren Energien erzeugt und über ein Nahwärmenetz verteilt. Die Haupterzeuger sind eine Holzhackschnitzel- und Scheitholzheizung mit 850 kW Leistung sowie eine thermische Solaranlage.

» Eine eigene Pflanzenkläranlage reinigt auf 800 m^2 Fläche das gesamte Abwasser des Platzes ressourcenschonend und effizient direkt vor Ort. Dieses Vorreiterprojekt würdigte der Landkreis Potsdam-Mittelmark mit dem Agenda21-Preis.

» Unser ökologischer Gartenbau liefert über 60 % des Bedarfs an Obst und Gemüse – und das direkt vor Ort. Auch krummes Gemüse findet den Weg in die Küche und über unsere SoLaWi auch in die Region. So minimieren wir den Verlust von wertvollen Nahrungsmitteln.

» Langjähriger Bodenaufbau mit Mulch, Terra-Preta und Pflanzungen haben eine Vielfalt an Flora und Fauna und einen artenreichen Nahrungs-Mischwald auf dem kargen Sandboden entstehen lassen. Mit der emissionsarm selbst hergestellten Terra-Preta-Erde werden etwa 40 t CO_2 im Jahr gebunden.

» Wir teilen viele Konsumgüter wie z.B. Autos, Waschmaschinen und Werkzeug und reduzieren so unseren Verbrauch. Unsere Elektro-Lastenräder werden zunehmend als Alternative zu fossil betriebenen Fahrzeugen genutzt.

Über das ZEGG hinaus

In verschiedenen Initiativen in Bad Belzig gestalten wir die demokratische Kultur vor Ort mit. In Einkauf und Zusammenarbeit bevorzugen wir regionale Anbieter und stärken damit regionale Wirtschaftskreisläufe.

Die Ökodorf-Bewegung wächst. Allein in Deutschland gibt es mehr als 150 Gemeinschaften und Ökodörfer. Viele sind Modelle für eine klimaschonende und sozial innovative Lebensweise. Ein umfangreiches Verzeichnis der Ökodörfer und Gemeinschaften in Europa kannst du auf eurotopia.de bestellen.

Das ZEGG engagiert sich national und international bei GEN (dem Global Ecovillage Network), um die politische Wirksamkeit der Ökodorfbewegung zu erhöhen. Toleranz, Offenheit und Solidarität sind Grundwerte von GEN.

Gäste: Janin Devi, André Maris & Suli Puschban
Leitung: Hagara Feinbier & Raimund Mauch
4. – 7. Juni
19. Come Together
SONGFESTIVAL
3 Tage voller Gesang, Kreativität & Gemeinschaft

come-together-songs.de

THE TAMERA & ZEGG FESTIVAL
– from crisis to connection
18.– 21. Juni

Join us for an inspirational gathering where two visionary intentional communities – Tamera (Portugal) and ZEGG (Germany) – come together to explore elements of a new, peaceful culture.

In a spirit of co-creation, we will inquire into how love, community and trust in life can guide us towards building a culture of inner and outer peace in these challenging times.

Community - Our Strongest Response

Das ZEGG unterstützen

Wenn Geld in guter Absicht fließt, schafft es Verbindung – dann webt sich aus Geben und Nehmen ein Netz der Freundschaft.

Ohne die Unterstützung vieler Spender:innen könnte unser experimenteller Lebens- und Lernort nicht existieren. Wir freuen uns über jede Spende.

Die Finanzierung des ZEGG

... ist ein Gemeinschaftswerk von Bewohner:innen, Gästen und Freunden. Sie setzt sich zusammen aus:

» Einnahmen aus Seminaren und Festivals

» Mieten für Wohn- und Arbeitsräume

» Spenden und Darlehen von Freunden und Fördernden

Das ZEGG ist gemeinnützig

Alle Überschüsse, die wir erwirtschaften, fließen in unsere gemeinnützige Arbeit.

Spenden an die ZEGG gGmbH sind steuerlich absetzbar, eine Zuwendungsbestätigung für das Finanzamt stellen wir jährlich aus.

Mitglied im ZEGG-Club werden

Die ZEGG-Club-Mitglieder sind das Herz des ZEGG-Netzwerks.

Sie spenden mindestens 25 € monatlich. Diese verlässliche Spende ist eine wichtiger Beitrag zum Bestehen des ZEGG.

Der ZEGG-Club hat darüber hinaus eine Beraterfunktion – mit den Mitgliedern tauschen wir uns im Februar (20.–22.2.) auf dem Club-Fest über wichtige Entwicklungen rund um das ZEGG aus.

Zudem erhältst du den halbjährlich erscheinenden Freundeskreis-Newsletter, der dich detaillierter über Neues und Vorgänge hier informiert.

Wir freuen uns, wenn auch du unter zegg.de/spenden dazu kommst!

Eine freie Spende geben

Wenn du dem ZEGG Geld schenken möchtest, kannst du das am besten mit einer freien Spende tun. Diese können wir einsetzen, wo sie gebraucht wird.

Jede Summe hilft bei der Weiterentwicklung unseres Bildungszentrums, der Festivals und Seminare. Danke für deine Großzügigkeit!

Spenden kannst du direkt über zegg.de/spenden.

ZEGG-Fördernde:r werden

Fühlst du dich dem ZEGG verbunden und kannst dir vorstellen, 5 Euro im Monat zu spenden? Dann werde ZEGG-Fördernde:r unter zegg.de/spenden!

Deine regelmäßige Spende stärkt die sichere finanzielle Basis unserer Arbeit. Als Fördende:r kannst du auf allen Festivals an „Im ZEGG auf Erkundung" teilnehmen und erhältst ebenfalls den Freundeskreis-Newsletter.

Das ZEGG im Testament bedenken

Vielleicht möchtest du mit deinem Eigentum über dein eigenes Leben hinaus etwas Sinnvolles bewirken.

Wenn du darüber nachdenkst, das ZEGG in deinem Testament zu bedenken, wende dich gerne an uns. Das ZEGG ist gemeinnützig und damit von der Erbschaftssteuer befreit.

Kontakt

Weitere Informationen und Unterstützungsmöglichkeiten findest du unter: zegg.de/unterstuetzen

Bei allen Fragen kannst du dich gerne mit einer Mail direkt an Charlotte wenden: club@zegg.de.

Kennenlernen & Mitarbeit

Zukunftsfähige Konzepte beginnen in der alltäglichen Praxis. Damit der gesellschaftliche Wandel hin zu einer liebevollen und nachhaltigen Kultur gelingt, brauchen wir gelebte Alternativen.

Das ZEGG zeigt, wie eine basisdemokratische Gemeinschaft funktioniert. Es inspiriert zu einem Leben, das die Grenzen ökologischer Tragbarkeit respektiert. Es zeigt, dass ein Leben voller Qualitäten in Einfachheit möglich ist.

Um einen ersten Eindruck zu bekommen, sind die folgenden Angebote besonders geeignet. Wenn dich das ZEGG tiefer interessiert, kannst du den Gemeinschaftskurs besuchen und über den Sommer als Saisonier mitarbeiten. So beginnt auch der Einstiegsweg in die ZEGG-Gemeinschaft.

Deine Mitarbeit

Wenn du als Helfer:in kommst, erfährst du das ZEGG ganz unmittelbar. Du lernst etwas über gelingendes soziales Leben, nachhaltiges Wirtschaften und erlebst dich selbst in der Gruppe. Du triffst Menschen aus aller Welt und schaffst etwas Sinnvolles. Für das ZEGG ist deine Mitarbeit eine wichtige und willkommene Unterstützung.

Offene Sonntage

5.4.–27.9.

Um das ZEGG im Rahmen eines Kurzbesuches kennenzulernen, ist sonntagnachmittags die richtige Zeit. Treffpunkt ist um 15 Uhr am Haupttor vor dem Empfang. Von dort aus findet ein rund eineinhalbstündiger Rundgang durch den Biogarten und über das Gelände statt. Währenddessen und danach ist Raum für Fragen. Spenden werden erbeten. Eine vorherige Anmeldung ist nicht nötig.

Experiment Gemeinschaft

Ein Kennenlern-Wochenende

20.2.–22.2. | 8.5.–10.5. | 14.8.–16.8. | 16.10.–18.10.

Wenn du das ZEGG etwas besser kennenlernen möchtest, bist du an diesem informativen Wochenende richtig. Wir vermitteln Einblicke in die vielfältigen Aspekte des Gemeinschaftslebens: Ökologie und Permakultur, soziale Prozesse, Alltagsleben, Liebe und Beziehungen, Kommunikation und Forum sowie Struktur und Organisation von Gemeinschaft und Betrieb.

Du erfährst an diesem Wochenende, auf welchen Werten die Gemeinschaft aufbaut und wie sie funktioniert. Darüber hinaus hast du die Gelegenheit, dich innerhalb der Gruppe in einer kleinen Gemeinschaft auf Zeit zu erleben.

Preis: € 160 – 90 KG (Sliding-Scale) + € 143 U&V/KT

ZEGG Best-Ofs

Gemeinschaft, Sinn & Ehrlichkeit

12.11.–15.11.

Tauche ein in ein Wochenende, in dem du lebendiges Gemeinschaftswissen von sieben erfahrenen Seminarleiter:innen & Mitgliedern aus dem ZEGG erlebst & Methoden mit nach Hause nehmen kannst, um dein Leben und deine Beziehungen noch aufregender, ehrlicher und vertrauensvoller zu gestalten: Wie Ehrlichkeit dein Leben verändern kann … Wie du Lebendigkeit in deinem Körper immer wieder erweckst … Was Vertrauen als Mensch unter Menschen schafft … Und was das alles mit einem Beitrag für eine nachhaltige Zukunft zu tun hat. – Welcome!

Leitung: Eva Weigand, Fritz Krüger, Veronika Oehler, Eivind Liland, Kati Magyar, Simon Schramm, Ena Rivière Feder

Preis: € 360 – 160 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Sommergäste-Wochen

3.5.–12.9.

Hier bekommst du einen Einblick in die nachhaltige und gemeinschaftliche Lebens- und Wirtschaftsweise des ZEGG.

Du unterstützt uns in den verschiedenen Arbeitsbereichen hier am Platz. Gearbeitet wird von Montag bis Samstag ca. vier Stunden am Tag. Ein tägliches begleitetes Gruppentreffen von einer Stunde mit Information und Austausch ist Teil der Woche.

Die Anreise ist jeweils sonntags und wir wünschen uns eine verbindliche Teilnahme für eine Woche. Die-

ses Angebot wird von Gästen aus aller Welt genutzt, deshalb kann die Gruppensprache englisch sein.

Wochenpreis für 7 Tage:
Mai – Juni: € 56 U&V
Juli – September: € 126 U&V

Kontakt: sommergaeste@zegg.de

Aktionswochen

Bei der gemeinsamen Arbeit schaffst du etwas Sinnvolles, bist im Kontakt mit anderen und lernst dich vielleicht neu kennen. Je nach persönlichen Möglichkeiten kannst du dich für eine leichtere Arbeit entscheiden oder dich körperlich verausgaben.

Tägliche Gruppenzeiten bieten begleiteten Raum für Austausch. Je nachdem, was hier gerade stattfindet, kannst du abends z.B. in der Sauna entspannen, am Lagerfeuer sitzen oder zum Tanzen kommen.

Die Teilnahme an den Aktionswochen ist kostenlos. Du arbeitest von Montag bis Samstag etwa fünf bis sechs Stunden täglich.

Frühjahrs-Aktion

8.3. – 15.3.

Herbst-Aktion

25.10. – 4.11.

Bei den im Frühjahr und Herbst stattfindenden Aktionen arbeitest du überwiegend mit dem Geländeteam im Garten, beim Holzhacken und -einlagern, in der Geländepflege, auf einer Baustelle oder hilfst in der Küche mit.

Camp-Aktion im Mai

10.5. – 17.5.

Camp-Aktion im August

23.8. – 30.8.

Du hilfst in einer kleinen Gruppe mit beim Auf- / Abbau unserer sommerlichen Festival-Infrastruktur, baust die Gruppenzelte auf bzw. ab, richtest Außenküchen ein, räumst auf oder hilfst in der Küche mit – je nachdem, was es gerade hier braucht.

Gasthelfer:in bei Festivals

Du unterstützt uns auf den Großveranstaltungen in den Bereichen Küche, Putzen oder in der Dorfkneipe. Bei etwa vier Stunden Mithilfe am Tag nimmst du für einen stark reduzierten Festivalpreis teil.

Als Gasthelfer:innen wünschen wir uns Menschen, die uns schon kennen – denn gleichzeitig das ZEGG kennenlernen, Mitarbeit und Festival ist oft zu herausfordernd.

Die Mitarbeitsplätze sind begehrt und begrenzt, deshalb frage rechtzeitig an: gasthelfende@zegg.de

Praktika

Willst du ein Praktikum innerhalb deines Studiums oder der Ausbildung machen? Im ZEGG kannst du so einen oder mehrere Arbeitsbereiche kennenlernen: Küche, ökologischer Gartenbau, Öffentlichkeitsarbeit, Pflege des permakulturell gestalteten Geländes und einiges mehr.

Anfragen: freiwillig@zegg.de

FÖJ / BFD

Planst du ein freiwilliges ökologisches Jahr oder eine Zeit im Bundesfreiwilligendienst?

Du kannst in dieser Zeit einen oder mehrere Arbeitsbereiche kennenlernen – den ökologischen Gartenbau, die permakulturelle Gestaltung des Geländes, die Öffentlichkeitsarbeit und einiges mehr. Du lebst in einer Gemeinschaft auf Zeit in einer Gruppe mit anderen Freiwilligen zusammen. Gleichzeitig bekommst du Einblick in das soziale Leben der ZEGG-Gemeinschaft.

Anfragen: freiwillig@zegg.de

Führungen

Eine individuelle Führung durch das ZEGG bietet Einblicke in eine zukunftsfähige Lebensweise, die soziales Leben, gemeinschaftliches Arbeiten und eine nachhaltige Wirtschaftsweise umfasst.

Mögliche Themenschwerpunkte: ökologische Modellprojekte: Energieversorgung, Gartenbau, Terra Preta, Abwasserentsorgung • gemeinschaftliches Leben und Arbeiten • Geschichte des Geländes (NS-Zeit, DDR und heute)

Info: empfang@zegg.de

Extra-Einstieg

In unserem selbstverwalteten Betrieb gibt es mehrere offene Stellen in den Bereichen Handwerk, Bau (speziell HSK), Finanzwesen, Gästehaus, Küche und Garten.

Wir können sie derzeit leider nicht aus dem Kreis der Gemeinschaftsmitglieder besetzen. Aus diesem Grund sind wir auf der Suche nach Menschen, die Lust auf Ökodorf und Gemeinschaft haben und die sowohl beruflich als auch menschlich zu uns passen.

Unser Einstiegsprozess für 2026 fokussiert auf zukünftige Mitarbeitende, die hier leben wollen.

Näheres: zegg.de/de/ueber-uns/offene-Stellen

Kontakt: personal@zegg.de

Saisoniers

Mai – September

Regelmäßige Gruppenzeiten, Mitarbeit in den Arbeitsbereichen und Mitgestaltung der Festivals bieten ein tieferes Eintauchen in das Erfahrungsfeld Gemeinschaft. während des Sommers. Voraussetzung ist die Teilnahme am fünfwöchigen Gemeinschaftskurs.

ZEGG-Urlaub & -Retreat

Zwei neue Angebote – für Mitglieder des ZEGG Clubs und Menschen, die schon mindestens ein Seminar hier besucht haben.

Der **ZEGG-Urlaub** ist (d)eine Auszeit für Ruhe, Reflexion und Auftanken. Erlebe dabei inspirierende Gruppenzeiten mit unseren Sommergästen. Tauche ein in Yoga, Mantrasingen und Momente der Stille. Genieße. Entdecke die Umgebung – von Therme, Fahrradtour bis Walderlebnis

Im **ZEGG-Retreat** erwarten dich alle Angebote des ZEGG Urlaubs – und noch mehr. Eine persönliche Begleitung gestaltet mit dir deinen ganz eigenen Wochenplan. Freu dich auf Massagen, Coaching, Aufstellungen und kreative Zusatzangebote. Dein Retreat passt sich flexibel an – für maximale Wirkung und Wohlbefinden.

Das ZEGG Retreat und der ZEGG Urlaub finden parallel zu den Sommergästewochen statt.

Interessiert? zegg.de/zegg-urlaub oder sommergaeste@zegg.de

Gemeinschaft & Organisationen

Zukunftsfähige Methoden des Miteinanders für Wirtschaft und Zivilgesellschaft setzen auf Kompetenz und Kooperation. Unsere Erfahrung zeigt: Ein soziales System ist dann lebendig, wenn es von einer gemeinsamen Absicht getragen wird; wenn es Individualität mit dem Bewusstsein für das Ganze verbindet.

Unsere Seminare vermitteln Wissen darüber, wie soziale Systeme funktionieren, zapfen die Gruppenintelligenz an und geben Antworten auf die große Frage, wie menschliche Kooperation gelingen kann.

Wir bieten Fortbildungen in der soziokratischen Methode an, die wir seit einigen Jahren mit Erfolg selbst anwenden.

Gemeinschaft ist überall

Gemeinschaft heißt für uns, offen zu kommunizieren und in Selbstverantwortung und Kontakt zu sein. Du lernst, wie das auf bereichernde Art geschehen kann und machst deine ganz eigene Gemeinschaftserfahrung. Diese Erfahrung nimmst du mit – sei es in dein Team von Kolleg:innen, in die Projekte, in denen du lebst oder dich engagierst oder in deinen Prozess der Gemeinschaftsgründung. Wir wollen inspirieren, mehr Gemeinschaft zu wagen.

ZEGG-Gemeinschaftskurs

17.3.–21.4.

Wer bist du als Mensch unter Menschen? Der Gemeinschaftskurs ist ein begleitetes Lernfeld und eine lebendige Ausbildung. Er richtet sich an alle, die Gemeinschaft suchen, sie bewusst leben und gestalten wollen. Wir lernen verschiedene soziale Werkzeuge und Kommunikationsmethoden kennen und beziehen Herz, Geist, Körper und Seele mit ein. Auf dieser Basis entwickeln wir ein bewussteres soziales Miteinander und verfeinern unsere Kommunikationsfähigkeiten. Du kannst im Rahmen einer Gruppe deine Gemeinschaftsfähigkeiten erweitern und einen vertieften Blick auf dein Leben werfen.

Der Kurs dient Menschen, die in Gemeinschaft leben oder eine aufbauen wollen. Der Kurs ist zugleich die Voraussetzung für den Einstieg in die ZEGG Gemeinschaft.

Leitung: Barbara Stützel, Markus Euler, Ena Rivière Feder, Katharina Otto

Preis: € 1850 – 980 KG (Sliding-Scale) + € 1785 U&V

Macht, Rang und Privilegien

Zündstoff für hierarchiefreie Projekte

30.4.–3.5.

Manche Menschen haben mehr Einfluss in einer Gruppe als andere, auch wenn wir hierarchiefrei miteinander umgehen wollen. Verschiedene Fähigkeiten, persönliche und soziale Hintergründe führen zu einer informellen Rangordnung. Nur wenn wir die Themen Macht und Rang aus ihrem Tabu befreien und lernen, bewusst mit ihnen umzugehen, können wir Unterschiede zum Wohl des Ganzen einsetzen. Wir arbeiten in diesem Seminar mit Inputs aus der Prozessarbeit, dem Forum, dem Gemeinschaftskompass und aus insgesamt über 50 Jahren Erfahrung in großen Gemeinschaften (ZEGG und Sieben Linden).

ⓘ gemeinschaftskompass.de

Leitung: Barbara Stützel, Eva Stützel

Preis: € 400 – 220 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Systemaufstellungen für Gemeinschaftsbildung

18.9.–20.9.

Eine Einladung für Menschen, die in Gemeinschaft leben oder eine gründen möchten. Oft bringen wir unbewusste Familiendynamiken mit, die das Zusammenleben beeinflussen.

Themen: Familiendynamiken, Blockaden, Kommunikation, Konfliktklärung, Rollen, Macht, Stärken, Partnerschaft/Lebensfragen.

Methoden: Familien- und systemische Aufstellung, Homöopathie, Meditation. / Lernziele: bessere Kommunikation, Konfliktlösung, Empathie, Rollenverständnis, Perspektivwechsel, Vernetzung.

Für Stellvertreter:innen offen. Für ein authentisches, wohlwollendes Zusammenleben

Leitung: Kati Magyar

Preis: € 210 KG + € 171 U&V/KT

Soziokratie

Soziokratie ist mehr als nur ein Entscheidungsmodell. Neben der strukturierten Art und Weise, wie Entscheidungen getroffen werden, fördert die Soziokratie auch eine Kultur der Gleichberechtigung, Transparenz und Effizienz in Organisationen. Sie ermöglicht eine bessere Kommunikation, stärkt das Vertrauen unter den Mitgliedern und schafft eine Umgebung, in der jede:r gehört und respektiert wird.

Diese Soziokratie Ausbildungskurse bauen aufeinander auf und sind einzeln buchbar.

Für die Umsetzung und Wirksamkeit der Soziokratie ist neben theoretischen Kenntnissen viel Praxis, Reflexion und Feedback hilfreich.

ⓘ OrganisMa.org

Basiskurs

Grundlagen und Konsent-Moderation – SAK1

8.5.–10.5. | 25.9.–27.9.

Wir steigen gleich ein in das große Thema der Entscheidungsfindung und üben praktisch die Struktur und Haltung in der Konsent-Moderation. Wir erforschen, wie die vier Basisprinzipien einen ganzheitlichen Ansatz bilden, der dazu beiträgt, die Zusammenarbeit zu verbessern, die Organisation zu stärken und nachhaltig ihre Ziele zu erreichen. Mit dem Basiskurs kannst du den Zertifizierungsweg zum/zur Konsent-Moderator:in über das Soziokratie Zentrum Deutschland beginnen.

Leitung: Sonja Maier

Preis: € 465 – 295 KG (Sliding-Scale) + € 168 U&V

Aufbaukurs

Aufbaukurs – SAK2

5.2.–8.2.

Unter Anwendung bereits erlangter Moderations-Kenntnisse erfahren wir praktisch die Besonderheiten der soziokratischen, agilen Kreisarbeit und ihrer vertrauensvollen gemeinsamen Wirksamkeit. Wir üben die Klärung von Domänen und Strukturen und sammeln Erfahrungen mit den vier typischen Rollen. Transparenz und Wertschätzung wird durch die Vertiefung der Moderationskompetenz, durch Feedback und insbesondere das soziokratische Entwicklungsgespräch trainiert.

Leitung: Sonja Maier

Preis: € 695 – 445 KG (Sliding-Scale) + € 244 U&V

Intensivkurs

Konsent-Moderation – SAK3

8.10.–11.10.

Welche Voraussetzungen sind für den Aufbau einer Kreisstruktur und die Kultur-Entwicklung in der Organisation nötig und wie können sie geschaffen werden? Wir nehmen Themen der Teilnehmenden auf und erforschen, wie sich die soziokratische Haltung in der Praxis umsetzen lässt. Gelernte Werkzeuge, z.B. zur Konfliktlösung werden in der Anwendung intensiviert und verfeinert.

Leitung: Sonja Maier

Preis: € 695 – 445 KG (Sliding-Scale) + € 244 U&V

ZEGG-Club-Mitglied werden - mit 25 Euro monatlich. Ganz einfach unter zegg.de/spenden.

Kommunikation & Forum

In Kommunikation sein heißt, den anderen zu hören und wahrzunehmen – genau wie sich selbst. Es heißt, sich aufeinander einzulassen, authentisch zu sein und Konflikte zu wagen. Gelungene Kommunikation vertieft die Verbindung und schafft Klarheit.

Unsere Seminare stärken deine kommunikativen Fähigkeiten für Alltag, Beziehungen und Beruf. Sie bieten Werkzeuge für herausfordernde oder polarisierte Gesprächssituationen. Diese fördern deine Führungsqualitäten, indem sie die Fähigkeit vermitteln, Teams oder Gruppen aufzubauen und kooperativ zu leiten.

ZEGG-Forum

Beim Forum erforscht eine Person in der Mitte des Kreises ein Thema. Sie wird dabei von der Gruppe unterstützt und von der Forumsleitung begleitet. Das im ZEGG und seinen Vorgängerprojekten entwickelte Forum lebt vom Präsenz und offenen Lauschen, das den ganzen Menschen mit seinem Körperausdruck, seiner Sprache und seinen Gefühlen wahrnimmt.

Es fördert in einer Gruppe Bewusstheit und essenzielle Kommunikation, schafft Vertrauen, eine hilfreiche Feedbackkultur und unterstützt Synergieprozesse.

Empathic Visioneers

14.5.–17.5. | 1.10.–4.10.

Vertiefung der Praxis. Gelebter Kulturimpuls. Gemeinschaft. Auftanken. Eingeladen sind Menschen, die bereits eine intensive Ausbildung in GFK gemacht haben.

Diese Gruppe ist für dich geeignet, wenn du eine vertiefte Mitgefühls- und Bewusstseinspraxis leben willst und zudem Sehnsucht nach Gemeinschaft hast. Wie können wir die Haltung der GFK noch tiefer verkörpern und daraus eine gelebte Kultur entstehen lassen? Verpflichtende Teilnahme für ein Jahr = zwei Treffen.

ⓘ gewaltfrei-gluecklich.de

Leitung: Tatjana Wolf, Andreas Duda

Preis: € 350 / 250 / 150 KG (Einkommensbasiert) + € 232,50 U&V/KT

Experiment Ehrlichkeit

Wieso fühlt sich das Leben so leer an, obwohl du alles richtig machst? Weil die Kluft zwischen Schein und Sein unsichtbare Kraft kostet.

Im Experiment Ehrlichkeit schließt du diese Lücke, kannst die Maske ablegen und findest zurück in lebendige Verbindung – zu dir und zu anderen.

Experiment Ehrlichkeit 3-Tages-Retreat

16.4.–19.4.

Ein erfahrungsreiches Wochenende, um aus dem Kopf heraus und zurück in den Körper zu finden.

Du erlebst in Partner- und Gruppenübungen sowie geleiteten Prozessen die befreiende Wirkung von präsenter, ehrlicher Kommunikation. Lerne, alten Groll wirklich loszulassen und entdecke, wie Ehrlichkeit der Schlüssel zu Intimität ist. Die Arbeit verbindet Ansätze aus der Radikalen Ehrlichkeit, GFK und NARM.

Leitung: Eivind Liland, Yuna Specht

Preis: € 600 – 300 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Ehrlich sein in Liebe, Sex und Dating

8.7.–11.7.

Beziehung braucht Mut, sich zu zeigen! Basierend vor allem auf der Arbeit von Susan Campbell (Getting Real, Truth in Dating) erforschen wir offene Kommunikation und Selbstausdruck in Bereichen, wo unterschiedliche Ängste und Trigger uns oft von dem abhalten, wonach wir uns am meisten sehnen.

Wir lernen sowohl unsere Bedürfnisse als auch unsere Grenzen klar zu kommunizieren und fördern Verständigung zwischen Liebenden. Menschen aller sexuellen Präferenzen und Geschlechter sind willkommen.

Leitung: Yuna Specht, Eivind Liland

Preis: € 600 – 300 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Radical Honesty 8-Day Intensive

Transform Your Life by Telling the Truth and Living Out Loud

3.9.–11.9.

Der 8-tägige Intensiv-Workshop ist ein Erfahrungsraum für unverstellte Lebendigkeit, tiefere Intimität, kreatives Potenzial und ein bewusst gestaltetes Leben.

Entdecke, was sich von Moment zu Moment ausdrücken will und entwickle Werkzeuge für Selbstmitgefühl – durch Partner- und Gruppenübungen, Hot Seats, Meditation und Bewegung, Nacktarbeit und das Teilen deiner Lebensgeschichte.

Seminarsprache ist Englisch.

Leitung: Tuulia Syvänen, Pete Jordan, Eivind Liland

Preis: € 1400 KG + € 620 U&V/KT (Frühbucher € 1300 KG bis 3.7.)

Radikale Ehrlichkeit 4-Tages-Retreat

21.10.–25.10.

Radikale Ehrlichkeit bedeutet, offen im Hier und Jetzt zu leben. Es ist eine Praxis, die dir hilft, dich tiefer mit dir selbst und anderen zu verbinden, indem du ausdrückst, was im Moment entsteht.

Möchtest du emotionale Verstrickungen loslassen und tiefere Intimität erleben? Dann ist dieses Retreat für dich!

Leitung: Christoph Fink, Eivind Liland

Preis: € 690 KG + € 310 U&V/KT (Frühbucher € 520 KG bis 21.9.)

Forumskurse

In der Forumsarbeit fördern wir Bewusstheit, essenzielle Kommunikation und Vertrauensbildung unter Menschen. Sie bietet einer Gruppe ein Instrument der Gemeinschaftsgestaltung und dem Einzelnen eine ganzheitliche und kreative Möglichkeit, sich auszudrücken.

Dazu gehören innere Bewegungen, die in der Alltagskommunikation oft verborgen bleiben. Durch den Resonanzraum der Gruppe werden die eingebrachten Themen zu einem Katalysator für das Wachstum des Einzelnen und der Gruppe.

Es entsteht ein Erfahrungsraum für tiefe Schichten von Menschlichkeit, Verbundenheit, Wahrhaftigkeit und Authentizität.

Informationen, auch zum nächsten Ausbildungszyklus:

ⓘ transforum.zegg.de

Moderationskunst

Moderieren, Raumhalten und Gruppenleiten in Wir-Feldern

11.6.–14.6.

Moderation ist eine zentrale Funktion, die bewirkt, wie effizient, klärend und verbindend sich ein Gruppen- oder Teamtreffen entwickelt. Das heißt, die Moderation verkörpert Qualität und Ausrichtung auf der einen Seite und schafft dafür ein klares Setting. Andererseits gibt sie dem Gesprächsverlauf Raum, dass er sich kreativ entfalten kann.

Dieser Kurs vermittelt keine klassische Moderationstechnik, vielmehr verbindet er Moderationswissen mit Raumwahrnehmung.

Wir üben die Anbindung an Intuition und den inneren Auftrag. Wir lauschen in die Gruppe und in den Kontext der Gruppe.

Leitung: Dolores Richter, Sucha Gesina Wolters

Preis: € 420 – 340 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

© Uli Decker

Forum Basiskurs

8.7.–12.7.

Was ist und wie funktioniert das Forum? Was ist die Kulturidee, das Menschenbild und das politische Verständnis des Forums?

Ihr erfahrt, für welche Anliegen und Wachstumsschritte es sich eignet und wie daraus gemeinsam gelebte Werte entstehen, die einer Gruppe als Ausrichtung dienen können. Ihr lernt, unterstützendes und herausforderndes Feedback zu geben und zu nehmen. Wir vermitteln Selbstwahrnehmung als biografisches, geschichtliches und als universelles Wesen und weiten unser Menschen- und Liebesbild. Als Forum-Basiskurs ist er für Anfänger:innen und Fortgeschrittene relevant.

Leitung: Ina Meyer-Stoll, Michael Anderau

Preis: € 400 – 280 KG (Sliding-Scale) + € 310 U&V/KT

Essenzen des Forum zu Liebe, Sexualität, Beziehung

4.11.–8.11.

Ein Forumskurs, in dem wir Liebe, Lust und Beziehung in ihrer Vielfalt und Widersprüchlichkeit erkunden. Mit achtsamer Neugierde stellen wir uns den Herausforderungen einer großen menschlichen Sehnsucht. Es geht nicht darum, sie zu lösen. Wir wollen uns ihr zuwenden, öffnen, uns vertraut machen.

Die Verbindung von Erkenntnis und Vertrauen unter Menschen ist eine der nachhaltigsten Heilkräfte der sinnlichen Liebe. Wir entwickeln Bausteine des Vertrauens, die Liebe, Lust & Beziehung in einen sinnhaften, sozialen und geistigen Rahmen stellen.

Leitung: Dolores Richter, Michael Anderau

Preis: € 480 – 320 KG (Sliding-Scale) + € 310 U&V/KT

Forum Basiskurs

30.9.–4.10.

Das Forum hilft einer Gruppe, gemeinsame Werte wie Vertrauen, persönliche Entwicklung und gesellschaftliche Transformation lebendig zu machen.

Wo Gemeinschaften im Alltag oft an Kommunikationsgrenzen stoßen, unterstützt das Forum in einem liebevoll gehaltenen Rahmen ein tieferes Wissen umeinander, so dass Entwicklung geschehen kann.

In diesem Kurs erfahrt ihr das Menschenbild und die Kulturidee des Forums. Wir erweitern die Schau auf unser eigenes Leben, vertiefen unsere Selbst- und Raumwahrnehmung und weiten unser Menschen- und Liebesbild.

Für Menschen, die das Forum kennenlernen oder vertiefen wollen.

Leitung: Barbara Stützel, Ena Rivière Feder

Preis: € 500 – 250 KG (Sliding-Scale) + € 310 U&V/KT

Forumsleitung III

12.10.–18.10.

Das Modul drei der Ausbildung in Forumsleitung findet in einer geschlossenen Ausbildungsgruppe statt, die Basiskurs und Leitung II schon absolviert hat. Eine Gastteilnahme ist auf Anfrage eventuell möglich.

Leitung: Achim Ecker, Ina Meyer-Stoll, Ena Rivière Feder

Preis: € 690 KG + € 465 U&V/KT

Das ZEGG fördern - mit 5 Euro monatlich. Ganz einfach unter zegg.de/spenden

Liebe ist kein Zufall, sondern eine Fähigkeit.

Obwohl Romantik und Sexualität im Medienalltag allgegenwärtig sind, herrscht im echten Leben oft Sprachlosigkeit, wenn es um Liebesdinge geht. In unseren Seminaren beginnt der Weg oft damit, auszudrücken, was dich bewegt um dann neue Wege zu erforschen. Auch Konflikte gehören dazu: sie bergen viel Potenzial für Wachstum.

LiebesLernort ZEGG

Unsere Seminare vermitteln Wissen über gelingende Beziehungen und fördern eine gewaltfreie, wertschätzende und respektvolle Liebeskultur zwischen Menschen unabhängig von sexueller Orientierung oder Lebens- und Liebesbild.

Wir bieten Räume für respektvolle, gewaltfreie und wertschätzende Begegnung, die wir vor allem durch offene Kommunikation, bewusstes Fühlen und Achtsamkeit erschaffen.

Zu lieben ist eine aufregende, herausfordernde und beglückende Reise. Gelingende Beziehungen sind ein wichtiger Baustein für ein erfüllendes Leben und den nötigen Kulturwandel. Unsere Expertise in Liebesdingen wird genährt von über vierzig Jahren Erfahrung am Platz und in Vorläuferprojekten.

Systemische Aufstellungen
Liebe, Partnerschaft und Sexualität

6.2.–8.2. | 12.6.–14.6. 6.11.–8.11.

Aufstellungen bieten Entwicklungsmöglichkeiten, die jenseits des Verstandes liegen.

Oft wirken verborgene Dynamiken auf unser Erleben in Liebe und Sexualität. Wenn wir sie erkennen, können sich Verstrickungen auflösen und der Lebens- und Liebesfluss kann wieder strömen. Stellvertreter:innen ermöglichen uns, das eigene unbewusste Bild wahrzunehmen und von außen zu betrachten. Durch dieses Sehen entsteht die Möglichkeit, anzuerkennen, was ist.

Auch Anliegen aus Familie (Eltern, Geschwister, Kinder), Beruf, Gesundheit sowie Entscheidungsfragen sind willkommen.

Leitung: Heike Mengebier

Preis: € 190 als Aufstellende:r / € 120 als Beobachtende:r + € 171 U&V/KT

Zusammen Sein
Ein Ölritual Wochenende

5.3.–8.3.

Wir treffen uns zu einer nährenden Zeit des Seins. Zusammen "ins Öl zu gehen" ist eine der sinnlichsten und ganzheitlichsten Erfahrungen, die wir uns im Miteinander kreieren können. Hier können wir unser Menschsein pur, verbunden & wesentlich zelebrieren. Aus der Winterruhe tauchen wir in neugewonnener Lebendigkeit wieder auf.

Neben Übungen zu Verbindung, Wahrnehmung, Berührung & Grenzen werden wir zweimal in ein Ölritual eintauchen. Jeweils danach gibt es Zeit zur Integration und Reflexion des Erlebten. Eine prägende individuelle und zutiefst gemeinschaftliche Erfahrung für dich (und deine Liebsten)!

Leitung: Eva Weigand, Fritz Krüger

Preis: € 360 KG + € 232,50 U&V/KT

Wundervoller Sex
Liebe in Präsenz

10.3.–15.3.

Entdecke körperlich-sexuelle Begegnung in einer neuer Qualität – frei von Druck, Erwartung und Ziel. Erlebe, wie durch Entschleunigung und Präsenz eine Intimität entsteht, die heilsam, nährend und kraftvoll zugleich ist. Wie Sexualität zu einer Quelle von Ruhe, Freude und wirklicher Verbundenheit in deinem Leben werden kann.

Ein Slow-Sex-Retreat sowohl für langjährige Paare als auch für Menschen, die gemeinsam erfahren möchten, wie Liebe in Achtsamkeit und Aufmerksamkeit wächst und sich in eine tiefe und erfüllende Art und Weise des Miteinanderseins entfaltet. Lerne Liebe leben neu!

Leitung: Gero von Aderkas & Team

Preis: € 950 – 450 KG (Sliding-Scale) + € 387,50 U&V/KT

Spielwiese – Temple of connections
Conscious juicy temple retreat about the art of connection

1.5.–3.5.

Wie gehst du in Beziehung? Wie entsteht Intimität?

Es beginnt mit Eigen-Achtsamkeit. Und mit Verletzlichkeit: sich zu zeigen braucht Mut. Verletzlichkeit inspiriert achtsame Kommunikation. Das ist der Schlüssel zu Einvernehmlichkeit und Sicherheit. Und daraus entstehen sinnlich, spielerische Verbindungen.

Die Themen dieses Retreats sind Selbst-Verbindung, Kommunikation rund um das sinnliche Spiel (Grenzen und Konsent), sowie eine ozeanische Einheitserfahrung. Die Praxis ist langsam, leicht und tief zugleich.

Zwei Tempelabende, ein Liquid Love, Zeit zur Integration. Die Retreatsprache ist Englisch.

Leitung: Till & Shirka und Team

Preis: € 320 – 220 KG (Sliding-Scale) + € 171 U&V/KT

LiebesRetreat
Wer bist du noch als sinnlich Liebende(r)?

15.6.–21.6.

Das LiebesRetreat ist ein (über)persönlicher, geistig-sinnlich & erotischer Erfahrungsraum für alle Liebenden. Es ist dem Bewusstsein und der Vertiefung in Liebe und Eros gewidmet. Dabei wenden wir uns dem „erwachsen lieben" zu und was das für uns bedeutet. Vom „Brauchen" zum „Lieben", es geht um die Heilung unserer Wurzeln.

Für Menschen, die ihre Liebesqualität bewusst weiten und gestalten wollen. Erforschen(d), feiern, spüren – sechs Tage auf dem Weg in eine utopische Lebendigkeit.

Das Retreat ist für Paare, Singles und andere Liebeskonstellationen geeignet.

Leitung: Ina Meyer-Stoll, Achim Ecker & Team

Preis: € 720 / 640 KG (Einkommensbasiert) + € 481 U&V/KT

Liebesschule für junge Erwachsene
Einführungskurs

4.12.–6.12.

Dieser Kurs bietet eine Einführung in die Arbeit der Liebesschule für junge Erwachsene. (siehe Seite 30/31)

Wir empfehlen diesen Kurs auch Menschen, die über eine Teilnahme an der Jahresgruppe für junge Erwachsene nachdenken und noch keine Vorkenntnisse zu ZEGG Liebesseminaren haben.

Für junge Menschen von 18 bis 26 Jahren.

Leitung: Simon Schramm, Susanne Kohts

Preis: € 150 / 80 KG (Einkommensbasiert) + € 94,20 U&V/KT

Das Ölritual
Eintauchen ins Sein

3.12.–6.12. | 10.12.–13.12.

Das Ölritual ist eine der berührendsten Erfahrungen, die wir mit Menschen teilen können. Verbunden in einem achtsamen Gruppenprozess nähren wir uns, unser Herz, unseren Leib und unsere Seele.

Es erlaubt uns, in intimer Nähe mit anderen Menschen tief auszuatmen. Gleichzeitig lernen wir, eigene Grenzen zu kommunizieren und Gefühle und Bedürfnisse wahrzunehmen. Mit warmem Öl übergossen begeben wir uns gemeinsam nackt auf eine sinnliche und das Bewusstsein erweiternde Reise.

Durch Übungen und Aussprache in der Gruppe, auch in Frauen- und Männerrunden, schaffen wir einen

© F. K. Godenschweger

sicheren Raum, in dem wir uns begegnen können.

Leitung: Ina Meyer-Stoll, Achim Ecker

Preis: € 360 KG + € 232,50 U&V/KT

Love Lab

Zwei Module für 25-45 Jährige Liebesforscher:innen rund um Zugehörigkeit, Kontakt- & Liebesfragen – Freiheit & Bindung – Intimität, Eros & Lebendigkeit.

Die Labs sind ein Forschungsraum, dich selbst in einem gemeinschaftlichen Liebes- und Vertrauensfeld zu erfahren. Komm zum Seminar deiner Wahl oder sei Teil einer zusammenwachsenden Community, die sich das Jahr über wieder trifft.

L(i)ebendig!

Love Lab I

9.7.–12.7.

An diesen transformativen, juicy Tagen werden wir tief vertraut mit unseren liebenden, kreativen & erotischen Wesen. In der „Oase des L(i)ebens", einem rituell gehaltenen Raum zwischen Begegnung & Eros, können wir uns sinnlich, sexy & nah erleben und ein gemeinsam liebendes Feld kreieren.

© F. K. Godenschweger

Du lernst grundlegende Elemente kennen, um mit dir selbst und den anderen in authentischen Kontakt zu kommen und deiner Sehnsucht zu folgen. Dieses Love Lab bringt dich richtig in deine Lebendigkeit!

Leitung: Eva Weigand, Fritz Krüger

Preis: € 450 – 250 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Ozean des Seins – Ein Ölritual-Wochenende

Love Lab II

20.8.–23.8.

Liebend zusammen „ins Öl zu gehen" ist eine der sinnlichsten und ganzheitlichsten Erfahrungen, die wir uns im Miteinander kreieren können.

Der rituelle Rahmen gibt dir die Möglichkeit für ein nicht-alltägliches Erleben: Dich selbst ganz zu spüren inmitten anderer nackter Körper und gleichzeitig als ein Teil des größeren Organismus.

In diesem gemeinsamen Forschungsraum lernen wir unsere Grenzen wahrzunehmen und unsere Bedürfnisse auch nonverbal zu kommunizieren. Wir tauchen zweimal in ein Ölritual ein. Eine prägende individuelle und zutiefst gemeinschaftliche Erfahrung für Dich (und deine Freund:innen)!

Leitung: Eva Weigand, Fritz Krüger

Preis: € 450 – 250 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Liebesbilder – Liebeswege

Für 25–45-Jährige

24.9.–27.9.

Wie wollen wir lieben? Was bewegt uns in der Sexualität? Und wie entsteht Tiefe & Weite in Kontakt und in Partnerschaft?

Voneinander lernen, Einbettung, gegenseitige Unterstützung und Vernetzung sind die Elemente für

unser gemeinsames Forschen und die Suche, wie eine postkapitalistische partnerschaftliche Kultur gelingen kann.

Sei Teil einer Gemeinschaft auf Zeit, in einem geschützten Umfeld, im Austausch über Liebe, Sex & Partnerschaft – für ein Update unserer Sehnsucht und Liebesvision.

Dieses Wochenende ist auch als Einstiegs-Seminar für die Jahresgruppe Liebeskunstwerk oder das Love-Lab geeignet.

Leitung: Simon Schramm, Eva Weigand, Dolores Richter

Preis: € 450 – 250 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Jahresgruppe Liebeskunstwerk

Wir erforschen persönliche und kulturelle Bedingungen für das Gelingen von Liebesbeziehungen und Sexualität.

Wir sehen Beziehungsfähigkeit und heilsame sexuelle Liebe als einen Schlüssel für unsere Friedensfähigkeit. Sie sind auch der Boden für eine echte Kooperation von Liebenden.

Welcome singles, Paare und Multiplikator:innen!

Leitung: Dolores Richter, Michael Anderau

Preis je Modul: € 420 – 310 KG (Sliding-Scale) + € 310 U&V/KT

Modul I – Selbstkontakt, Anbindung und erotisches Selbst

15.4.–19.4.

In wohlwollendem Selbstkontakt werden wir liebesfähig. Darin erfahren wir einen heilsamen Umgang mit unliebsamen Aspekten in uns und die Ausrichtung auf unser Potenzial und unsere spirituelle Anbindung.

Die Berührung mit unserem erotischen Selbst öffnet unsere eigene erotische Bewegung und Lebensenergie und macht uns aus uns selbst heraus genussfähig.

Modul II – Klarheit, Lust und Intimität in Beziehungen

15.7.–19.7.

Wir kreieren einen geistigen Erfahrungsraum, in dem wir Lust und Intimität neu navigieren können. Dazu gehört ein Ja zu unserer Lust, Nähe mit uns selbst und die Fähigkeit, uns auf unser Gegenüber einzulassen.

Wenn ich mich und dich spüren kann, entsteht Resonanz, ein gemeinsamer Raum von Präsenz und Intimität. In diesem Raum entsteht eine feine und tiefe gemeinsame lebendige Lust.

Modul III – Wilder Frieden

7.10.–11.10.

Eine gemeinsame Reise, in der wir persönliche und kollektive Ursachen mancher Verwirrungen in Liebe & Sexualität belichten.

Wir erfahren, welche neuen kulturellen Werte die Fülle unseres Liebens unterstützen. Wir schauen, welchen eigenen Anteil wir erkennen und finden Schritte in eine wirkliche Kooperation.

In wohlwollender Ehrlichkeit mit uns und miteinander kann unser

© Uli Decker

Februar

Soziokratie-Ausbildung – Aufbau
» 18 | 5.2.–8.2.

Co-Tempel
» 42 | 5.2.–8.2.

Systemische Aufstellungen
» 24 | 6.2.–8.2.

Mehr(ere) lieben – Liebesakademie
» 32 | 13.2.–15.2.

Präsenz & Freiheit
» 42 | 13.2.–15.2.

ZEGG-Clubfest
» 11 | 20.2.–22.2.

Experiment Gemeinschaft
» 13 | 20.2.–22.2.

Spirituelle Lieder und Mantras
» 42 | 26.2.–1.3.

Körper-Sprache-Kunst & Seil
» 36 | 26.2.–1.3.

März

Spirituelle Sinnlichkeit und Ermächtigung
» 36 | 5.3. – 8.3.

Zusammen Sein (Ölrit.)
» 24 | 5.3. – 8.3.

Frühjahrs-Aktion
» 14 | 8.3. – 15.3.

Wundervoller Sex
» 24 | 10.3. – 15.3.

JG Liebesschule für junge Erwachsene I
» 30 | 11.3. – 15.3.

Kundalini Yoga Retreat
» 46 | 12.3. – 15.3.

Gemeinschaftskurs
» 17 | 17.3. – 21.4.

Männer-Jahrestraining I
» 40 | 19.3. – 22.3.

Liebe leben – Liebesak.
» 31 | 27.3. – 29.3.

Dein professioneller Gemüsegarten
» 34 | 27.3. – 29.3.

April

Oster-Event
2.4.–5.4.

Paarretreat I - Liebesak.
» 32 | 9.4. – 12.4.

Stressbewältigung d. Yoga und Meditation
» 36 | 14.4. – 18.4.

Jahresgruppe Liebeskunstwerk I
» 27 | 15.4. – 19.4.

Experiment Ehrlichkeit 3-Tages-Retreat
» 13 | 16.4. – 19.4.

Nutze Deine WutKraft – Fortgeschrittene
» 37 | 23.4. – 26.4.

Körpersprache und Konsens
» 37 | 23.4. – 26.4.

Heilkraft Gesang, Tanz und Gemeinschaft
» 42 | 23.4. – 26.4.

Lebendigkeit Leben
» 37 | 29.4. – 3.5.

Macht, Rang und Privilegien
» 17 | 30.4. – 3.5.

Mai

Spielwiese – Temple of connections
» 24 | 1.5. – 3.5.

Experiment Gemeinschaft
» 13 | 8.5. – 10.5.

Soziokratie-Ausbildung Basiskurs
» 18 | 8.5. – 10.5.

Camp-Aktion im Mai
» 14 | 10.5. – 17.5.

Empathic Visioneers
» 20 | 14.5. – 17.5.

Pfingstfestival
22.5.–27.5.

Juni

19. Come Together Songfestival
» 8 | 4.6. – 7.6.

Moderationskunst
» 21 | 11.6. – 14.6.

Kraftvoll in Verbindung
» 39 | 11.6. – 14.6.

Schöpfungskraft in Farbe
» 43 | 11.6. – 14.6.

Systemische Aufstellungen
» 24 | 12.6. – 14.6.

LiebesRetreat
» 25 | 15.6. – 21.6.

The Tamera & ZEGG Festival
» 8 | 18.6. – 21.6.

Ich bin ein erotisches Wesen
» 38 | 19.6. – 21.6.

Sinnensommer
» 31 | 24.6. – 28.6.

JG Liebesschule für junge Erwachsene II
» 30 | 24.6. – 28.6.

Love & Dance Festival
» 43 | 25.6. – 28.6.

Juli

Ehrlich sein in Liebe, Sex und Dating
» 20 | 8.7. – 11.7.

Forum Basiskurs
» 22 | 8.7. – 12.7.

A Training for Conscious Peacework
» 34 | 8.7. – 17.7.

L(i)ebendig! - Love Lab I
» 26 | 9.7. – 12.7.

Jahresgruppe Liebeskunstwerk II
» 27 | 15.7. – 19.7.

SPB-Soma-Prozessbegleitung für Paare
» 38 | 16.7. – 19.7.

Sommercamp
24.7.–4.8.

August

Experiment Gemeinschaft
» 13 | 14.8. – 16.8.

Youth Exchange
» 34 | 17.8. – 30.8.

Ozean des Seins – Love Lab II
» 26 | 20.8. – 23.8.

Camp-Aktion
» 14 | 23.8. – 30.8.

Somatische Spiel- und Ausdrucksfreude
» 46 | 27.8. – 30.8.

September

Intuition & Meditation
» 38 | 3.9. – 6.9.

Radical Honesty 8-Day Intensive
» 20 | 3.9. – 11.9.

HerzKraft des Mannes
» 39 | 9.9. – 13.9.

JG Liebesschule für junge Erwachsene III
» 30 | 9.9. – 13.9.

Balkan- und Romalieder
» 44 | 17.9. – 20.9.

Erforsche deine Wut-Kraft – Basisseminar
» 39 | 17.9. – 20.9.

Systemaufstellungen f. Gemeinschaftsbildung
» 17 | 18.9. – 20.9.

Liebesbilder – Liebeswege
» 26 | 24.9. – 27.9.

Soziokratie-Ausbildung Basiskurs
» 18 | 25.9. – 27.9.

Forum Basiskurs
» 22 | 30.9. – 4.10.

Oktober

Empathic Visioneers
» 20 | 1.10. – 4.10.

Jahresgruppe Liebeskunstwerk III
» 27 | 7.10. – 11.10.

Soziokratie-Ausbildung Intensiv
» 18 | 8.10. – 11.10.

Chanting²
» 44 | 9.10. – 11.10.

Forumsleitung III
» 22 | 12.10. – 18.10.

Stressbewältigung d. Yoga und Meditation
» 36 | 13.10. – 17.10.

Der Weg zu dir Selbst
» 40 | 15.10. – 18.10.

Experiment Gemeinschaft
» 13 | 16.10. – 18.10.

Radikale Ehrlichkeit Retr.
» 21 | 21.10. – 25.10.

Kundalini Yoga Retreat
» 46 | 22.10. – 25.10.

Die Kunst mehr(ere) zu lieben
» 32 | 23.10. – 25.10.

Herbst-Aktion
» 14 | 25.10. – 4.11.

Mantras & Stille
» 45 | 29.10. – 1.11.

November

Essenzen des Forum zu Liebe, Sexualität, Beziehung
» 22 | 4.11. – 8.11.

Systemische Aufstellungen
» 24 | 6.11. – 8.11.

Love & Dance Journey
» 45 | 12.11. – 15.11.

ZEGG Best-Ofs
» 13 | 12.11. – 15.11.

JG Liebesschule für junge Erwachsene IV
» 30 | 18.11. – 22.11.

Come to Drum
» 45 | 20.11. – 22.11.

Paarretreat II
» 32 | 26.11. – 29.11.

Ich bin ein erotisches Wesen
» 38 | 26.11. – 29.11.

Dezember

Das Ölritual
» 25 | 3.12. – 6.12.

Liebesschule j. Erwachsene – Einführungskurs
» 25 | 4.12. – 6.12.

Männertraining intensiv
» 40 | 10.12. – 13.12.

Das Ölritual
» 25 | 10.12. – 13.12.

Silvestertreffen
27.12.–2.1.

Im Sommer

Sommergäste-Wochen
» 13 | 3.5.–12.9.

Geländeführungen
» 13 | 5.4.–27.9.

Veranstaltungen im ZEGG 2026

Vertrauen auf einer tieferen Ebene landen, und wir können zum wilden Frieden der Liebenden beitragen.

Liebesschule für junge Erwachsene

Liebe? Freundschaft plus? Lust? Beziehung? Wie fühle ich, was in mir los ist? Wie drücke ich Gefühle und Bedürfnisse aus? Und was ist eigentlich ein „Gefühl"? Welche Art von Kontakt mag ich? Was tut mir gut in Sexualität und Partnerschaft? Wie geht Gemeinschaft? Und was braucht die Welt von mir?

Wir kommen zusammen, um uns über solche und ähnliche Fragen im Thema Liebe und Sexualität auszutauschen und gemeinsam neue Erkenntnisse zu gewinnen. Für junge Menschen von 18 bis 26 Jahren.

ⓘ junge-liebesschule.de

Leitung: Dolores Richter, Janus Hamann, Kristina Werth, Michael Anderau

Preis je Modul: € 320 – 160 KG (Sliding-Scale) + € 188,40 U&V/KT

Modul I – Selbstliebe und Kontakt

11.3.–15.3.

Selbstliebe und Kontakt sind wesentliche Grundlagen jeder fruchtbaren Liebe. Wir lernen verschiedene Aspekte, aus denen sich Selbstliebe zusammensetzt und schauen, wo sie gerade wachsen möchte.

Für unsere Fähigkeit zu Kontakt üben wir Selbstwahrnehmung: Wir lernen, mit uns selbst in Kontakt zu bleiben, wenn wir mit anderen zusammen sind und unser Erleben zu kommunizieren. Wir experimentieren mit Verbindung, Öffnung, Grenzen und unserer inneren Haltung dazu.

Modul II – Gefühle, Bedürfnisse und Kommunikation in Beziehung

24.6.–28.6.

Wie Beziehungen gestaltet werden können, damit sie stabil und lebendig, nährend und freilassend sind, ist Inhalt dieses Moduls.

Grundlage für Beziehungsfähigkeit ist Klarheit mit uns selbst und ein Kontakt zu unseren Gefühlen und Bedürfnissen. Dazu vermitteln wir Kenntnisse und Werkzeuge und wenden sie in Übungen an.

Wir üben, Bedürfnisse freilassend auszudrücken und zu hören und können erfahren, wie jenseits von festgefahrenen Erwartungen Verbindung entsteht.

Modul III – Sinnlichkeit, Körper, Sexualität

9.9.–13.9.

Wie wurde Sexualität in Geschichte und Gegenwart gelebt? Wie werden Erfüllung, Lebendigkeit und Heilung in der Sexualität möglich?

Wir vermitteln Wissen über verschiedene Zugänge zu Körperlichkeit und Sexualität und reflektieren unsere eigenen Standpunkte. Wir üben, eine Sprache für Körperempfindungen zu finden.

In Austausch- und Erfahrungsräumen tauschen wir uns über unsere Gefühle, Lernschritte und Wünsche aus. Wir lernen, wie wir unser Liebesleben bewusster und aktiver gestalten.

Modul IV – Partnerschaft, Liebesbilder, Beziehungsformen

18.11.–22.11.

Wie funktionieren gute Beziehungen? Welche Beziehungsformen gibt es und welche passt zu mir in dieser Lebensphase? Wie kann ich mich von alten Bildern und Mustern befreien, um selbstbestimmt lieben zu können? Wie baue ich ein Umfeld auf, das mich in der Liebe unterstützt? Darf ich mehr als eine:n lieben – und geht Liebe auch ohne Eifersucht? Wie steige ich aus dem Kampf aus? Und warum hat das mit meinem Handeln in der Welt zu tun?

Liebesakademie

Die Liebesakademie verbindet Gemeinschaftserfahrung mit Liebeswissen.

Sie vermittelt Wissen über Liebesformen, gelingende Kommunikation in Beziehungen, Frau-Sein und Mann-Sein, die Verständigung zwischen den Geschlechtern und legt einen Schwerpunkt auf das Thema „liebende Sexualität". Sie bietet Räume für ganzheitliche Erfahrungen und unterstützt Menschen in ihrem geistigen und spirituellen Wachstum.

Je nach Seminar nutzen wir dazu Vorträge, Forum, Körper- und Atemarbeit, Austausch und gruppendynamische Elemente, Massage, Visionsarbeit, Gefühletraining, sinnliche Erfahrungsräume, Aufstellungen und Meditation.

ⓘ liebesakademie.org

Liebe leben
Gelingende Beziehungen

27.3.–29.3.

Viele Menschen befinden sich heute im Umbruch in ihrer Liebessituation und suchen neue Horizonte wie sie lieben wollen. Wir erkunden, was eine zeitgemäße Basis von gelingenden Beziehungen ist und wie unsere individuelle Vision von Beziehung aussehen könnte.

Wieviel Freiheit, wieviel Bindung wollen wir leben? Wie können wir konstruktiv mit starken Gefühlen umgehen wie Eifersucht oder Angst? Wie können wir dauerhaft zusammen lernen und wachsen? Ein Seminar mit Übungen, Teachings, Austausch, Forum, Meditation und Kommunikationstechniken. Es ist geeignet für Singles wie Paare.

Leitung: Susanne Kohts, Roger Balmer

Preis: € 310 / 285 / 260 KG (Einkommensbasiert) + € 171 U&V/KT

Sinnensommer

24.6.–28.6.

Entspannen und wieder verbinden mit all unseren Sinnen. Ein Retreat mit nährenden sinnlichen wie sprachlichen Begegnungsräumen, Männer- und Frauenzeiten, Stille, Tanz, ggf.Ölmeditationsritual und Forum. Wir erfahren im Retreat Techniken der Entspannung und Kraftregenerierung auch für unseren Alltag. Es gibt einige Stunden Programm am Tag und dazu Freizeit, um unseren schönen Platz zu genießen, am Wasser zu liegen und die Seele baumeln zu lassen.

Leitung: Susanne Kohts, Roger Balmer

Preis: € 400 / 360 / 320 KG (Einkommensbasiert) + € 326 U&V/KT

Mehr(ere) lieben

Ein Ausbildungszyklus mit zwei Seminaren für Menschen, die „mehr lieben" wollen in ihrem Leben. Er ist geeignet für: Singles, die sich diesem Thema öffnen wollen, Paare, die vor der Frage stehen, ob sie ihre Beziehung erweitern und bereits bestehende Liebesnetzwerke. Mit Teachings, Übungen, Erfahrungsaustausch, Körperarbeit, Forum, Männer-/ Frauenzeiten, Tanz, Meditation und Aufstellungen. Leitung: Susanne Kohts und Roger Balmer. Mensch kann die Seminare einzeln besuchen.

Kontakt und Mitfreude

13.2.–15.2.

Welcher Kontakt untereinander und welche Art von Austausch bewährt sich bei mehreren Lieben? • Den Weg der Mitfreude gehen • Mein Liebespotenzial und das Finden meiner Liebesvision • Vernetzung mit anderen als Basis von mehrere zu lieben

Leitung: Roger Balmer, Susanne Kohts

Preis: € 310 / 285 / 260 KG (Einkommensbasiert) + € 171 U&V/KT

Die Kunst mehr(ere) zu lieben

23.10.–25.10.

Wie kann Polyamorie ein Gewinn für alle Beteiligten sein? Was sind die grundlegenden Werte dieses Liebesmodells? Was sind die Herausforderungen auf diesem Liebesweg?

Leitung: Roger Balmer, Christine Schumacher

Preis: € 290 / 260 / 230 KG (Einkommensbasiert) + € 155 U&V/KT

Paarretreat

Wir bieten Spiel-, Lern- und Erfahrungsräume, unsere Paarbeziehung dauerhaft lebendig – geistig und sinnlich – zu gestalten. Zwei einzeln buchbare Seminare für Paare, die ihre Verbindung vertiefen wollen. Mit Wissensvermittlung, Forum, Austausch, Körperarbeit, sinnlichen Paarritualen, Männer-und Frauenzeiten, Mediation und Methoden für vertiefende Kommunikation. Eine Einladung für gleich- & gegengeschlechtliche Paare.

Leitung: Susanne Kohts, Roger Balmer

Preis: € 390 / 340 / 290 KG (Einkommensbasiert) + € 232,50 U&V/KT

Paarretreat I

9.4.–12.4.

Was sind eure Herzenssehnsüchte in der Beziehung und was sind eure Ressourcen und Kraftquellen? Was braucht es für die Vertiefung in der sinnlichen Paarbeziehung? Wir erkunden die Verlangsamung als Tor zur Vertiefung und die verschiedenen Formen des Begehrens. Mit einem berührenden Ritual, um euer Paarsein zu würdigen.

Paarretreat II

26.11.–29.11.

Was gilt es zu feiern und zu würdigen in eurer Beziehung und wo gibt es Potenzial, euch noch tiefer aufeinander einzulassen? Wie können eure Aufgaben und die Pflege der Beziehung in gesunder Balance geschehen? Es wird im Retreat Gelegenheit geben, ein Resümee des Jahres zu ziehen und einen Blick in eure Zukunft zu werfen.

Eine freie Spende geben - ganz einfach unter zegg.de/spenden

Ökologie & Wirksamkeit

Wenn wir die Ressourcenverschwendung und den Konsumfetisch unserer Gesellschaft verändern wollen, kommt es auch auf die Alltagskultur an. Unsere Gewohnheiten und Privilegien zu hinterfragen kann zu Konflikten und Einschränkungen führen.

Doch dieser Prozess bietet auch Chancen: Wir können zu einer neuen Kultur beitragen, in der Verbundenheit und Kooperation mit Mensch und Natur selbstverständlich sind.

Mit Herz und Hand

Nachhaltiges Leben im ZEGG heißt: gemeinschaftlich Zusammenleben, Ressourcen teilen, unser Lebensumfeld nach Prinzipien der Permakultur gestalten, lokale Kreisläufe und Produktion stärken, sowie eine Kultur der Verbundenheit kreieren.

Mitten im ökologischen Modellprojekt ZEGG lernst du ganz praktisch, wie Wirtschaften mehr im Einklang mit der Natur funktionieren kann – auch ein Schritt zu mehr Selbstermächtigung.

Starte deinen professionellen Gemüsegarten!

Geteilte Erfahrung aus 30 Jahren ZEGG-Garten

27.3.–29.3.

In diesem praxisorientierten Seminar geben wir Euch das gesammelte Wissen über biologischen Gemüseanbau für eure Selbstversorgung weiter.

An diesem Wochenende lernt ihr alles Wichtige rund um: Ressourcenschonenden, ökologischen und effizienten Gemüseanbau • Planung, Anbau und Kulturführung von über 50 Gemüsekulturen • Jungpflanzenanzucht und Direktsaaten • Pflanzenschutz im biologischen Anbau • Bewässerungssysteme • Richtige Terminierung, effiziente Pflege und passendes Werkzeug • Bodenaufbau und Pflanzengesundheit • Richtige Lagerung

Ob Mulchen, Terra Preta oder Pikieren: Ihr bekommt ein Gesamtpaket, um gleich zu Beginn der neuen Gartensaison in euer Projekt zu starten oder euren bestehenden Garten auf das nächste Level zu bringen. Für Privatpersonen als auch Initiativen und Institutionen, wobei der Inhalt sich auch sehr nach euren individuellen Fragestellungen und Anwendungsgebieten richten darf.

Leitung: Gert Miklis, Axel Lewerenz

Preis: € 300 – 160 KG (Sliding-Scale) + € 152 U&V

In Service to Life – A Training for Conscious Peacework

8.7.–17.7.

An Erasmus+ training for youth workers from Spain, Germany, France, Italy, Greece & Sweden – passionate about sustainable living, nature connection, and cultural change.

This training is for people who see themselves – or want to become – co-creators of cultural transformation.

Mornings: join community life in the ecovillage. Afternoons: explore self-awareness, resilience, conscious communication vision, and collaboration.

We suggest a sliding-scale contribution between 80 € and 350 €

Leitung: Ena Rivière Feder & Team

Youth Exchange

Youth on Earth: Yes we (c)are 2026

17.8.–30.8.

By learning the basic techniques of communicating our feelings, needs and boundaries we gain confidence and security in ourselves, relationships and groups. Let's raise awareness in the fields of social conditioning & collective trauma to gain a deeper understanding of ourselves through theoretical inputs, sharing circles and methods like Forum, Medicine Walk, Men- Women- & Queer-Circle and Bodywork. This activity is fully funded by the European Union's Erasmus+ scheme.

ⓘ YesToSustainability.org

We ask you for a conscious contribution between € 80 and € 250

Leitung: Ena Rivière Feder & Team

Im Kontakt mit anderen lernst du viel über dich selbst: wie du auf andere wirkst, was deine Kompetenzen und Potenziale sind und wo deine Grenzen liegen. Durch soziale Rückkopplung begegnest du auch deinen blinden Flecken und ungeliebten Anteilen. Wenn diese ans Licht kommen, wenn sie geteilt und wertgeschätzt werden, bringt das mehr Lebendigkeit, Ausrichtung und Wirksamkeit in dein Leben.

Ein Ort für Transformation

Hier erfährst du, wie du andere Menschen und die Welt auf deine ganz eigene Art bereichern kannst. Dafür gehst du mit anderen auf eine besondere Forschungsreise. Der eigenen Realität und Wahrnehmung zu begegnen – gerade der inneren – schafft mehr Möglichkeiten, authentisch und liebevoll in der Welt zu wirken. Du bildest in unseren Kursen deine sozialen, emotionalen und spirituellen Fähigkeiten weiter aus.

Wir verstehen Geschlecht und Sexualität dabei als vielfältig. Unsere Seminare öffnen Räume für all diese Erfahrungen und Identitäten. Wenn du unsicher bist, ob ein Seminar zu dir passt, sprich uns oder die Seminarleitung gerne an.

Körper-Sprache-Kunst & Seil

26.2.–1.3.

Wie spricht der Körper, wenn Worte fehlen? Wir erforschen die Dynamik menschlicher Begegnungen durch Berührung, Haltung und Seil als künstlerisches Medium – mit und ohne Seil. Im sicheren Raum üben wir Konsens, Vertrauen, Grenzwahrnehmung und Selbstregulation durch Atmung, Meditation und Bewegung. Künstlerische Formate, Improvisation und choreografische Mini-Formate machen persönliche Geschichten sichtbar.

Für alle, die Körpererfahrung künstlerisch vertiefen, ihre eigenen Grenzen besser kennenlernen und lernen möchten, wie Körper-Sprache und Seilarbeit in kreativem, sicheren Rahmen bewusst eingesetzt werden.

Leitung: Jens Höhne

Preis: € 500 – 310 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Sinnlichkeit und Ermächtigung

Yoga, Ritual und Körper-retreat für Frauen

5.3.–8.3.

Wir folgen dem Ruf der Körperin und öffnen Raum für Regeneration, Ausdehnung und Rückverbindung.

Durch Yoga, bewusste Bewegung und verkörperte Präsenz tauchen wir tiefer ins Spüren. Mal kraftvoll, mal zart begleiten dich Kundalini, Yin Yoga und sinnlich-somatische Elemente.

Im Kreis teilen wir, was unsere Herzen bewegt, singen, atmen und bewegen was lebendig ist. Lass dich vom Wald, der Zeit und Gemeinschaft auf allen Ebenen nähren. Zum Abschluss ehren wir das Alte und heißen das Neue in einer Kakao- und Atemzeremonie willkommen.

Willkommen in unserem Kreis – mit allem, was und wer du bist.

Leitung: Jasmin Seipold

Preis: € 480 – 320 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Stressbewältigung im Berufsalltag durch Yoga und Meditation

5 Tage Bildungsurlaub

14.4.–18.4. | 13.10.–17.10.

Zeit- & Erfolgsdruck im Beruf machen Stress. Das kann keine:r vermeiden. Aber wie gehst du damit um? Hast du ein funktionierendes Stress-Management? Stärkst du deine Resilienz? Yoga & Meditation bieten wirksame Strategien, um Stress zu bewältigen und innere Balance zu finden.

In diesem Seminar lernst du: Wie Stress entsteht & wie er auf dein Nervensystem wirkt • Techniken aus Yoga & Meditation, um Stress zu bewältigen • Kurztechniken für Atmung, Bewegung, Entspannung, Meditation • Grundlagenwissen, Austausch in der Gruppe & Werkzeuge zur Selbstreflexion

Komm mit auf eine Reise zu mehr Gelassenheit & Wohlbefinden!

Als Arbeitnehmer/in hast du einen gesetzlichen Anspruch auf 5 Tage Bildungsurlaub pro Jahr zusätzlich zum Jahresurlaub. Das Seminar ist aber auch ohne Bildungsurlaub buchbar!

Leitung: Martina Beck

Preis: € 685 – 510 KG (Sliding-Scale) + € 320 U&V

Körpersprache und Konsens

23.4.–26.4.

In diesem Seminar erforschen wir nonverbale Kommunikation und somatische Erfahrungsräume, um klare, einvernehmliche Begegnungen zu unterstützen.

Durch Spiel, Improvisation und achtsame Übungen lernen wir, Körpersprache zu lesen und eigene Signale zu senden. Wir arbeiten mit Rollenspielen, beobachten Dominanz und Submissivität im Konsens und erforschen Hingabe, Klarheit und Boundaries in sicheren Rahmenbedingungen.

Ziel: ein feines Gespür für Wünsche, Grenzen und Vertrauen, sowie verbesserte Kommunikations- und Beziehungsfähigkeit. Alle Übungen sind freiwillig: Vorab Check-in der Grenzen, Nachbesprechung / Integration.

Leitung: Jens Höhne

Preis: € 500 / 430 / 370 KG (Einkommensbasiert) + € 232,50 U&V/KT

Nutze Deine WutKraft

Fortgeschrittenen-Seminar

23.4.–26.4.

Nutze deine WutKraft: Um Verantwortung für dein Leben zu übernehmen. Um deine Grenze zu setzen. Dein Projekt zu manifestieren. Dich zu positionieren. Deine Beziehungen zu klären. Um alte Glaubenssätze aufzuspüren und zu entkräften. Um für deine Ziele aufzustehen & deine Visionen sichtbar zu machen.

Erlebe wie es sich anfühlt, Risiken einzugehen und neue Erfahrungen zu machen. Transformiere alte Gewohnheiten. Lerne die Angst vor Konflikten abzubauen.

Dies Angebot ist für fortgeschrittene Wutforscher:innen und nach Teilnahme an einem ‚Erforsche deine Wutkraft' Seminar buchbar.

Leitung: Friederike von Aderkas

Preis: € 850 – 450 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Lebendigkeit Leben

29.4.–3.5.

Spürst du die volle Kraft des Lebens – oder funktionierst du im Alltag primär auf Autopilot? Wie steht es um deine Impulse, deine Träume, deine Visionen?

Dieses Seminar lädt dich ein, Verbindung mit deinem authentischen Wesen aufzunehmen, deine Gefühle bewusst wahrzunehmen und so deinen Handlungsspielraum aktiv zu gestalten.

In vielen praktischen Übungen wirst du Gelegenheit haben, alte, unbewusste Entscheidungen, Muster und Glaubenssätze anzuschauen und neue Wege in mehr Klarheit, Freude und Lebendigkeit auszuprobieren.

Erlebe dein Potenzial und wie du deine Gaben & Geschenke in die Welt bringen kannst.

Leitung: Gero von Aderkas & Team

Preis: € 800 – 375 KG (Sliding-Scale) + € 310 U&V/KT

Ich bin ein erotisches Wesen

Frauenseminar

Gemeinsam bringen wir unser erotisches Wesen ans Licht. Wir erforschen Wege, wie du Zugang zu deinem erotischen Wesen bekommst, um dann im Alltag darauf zurück greifen zu können. Rollenbilder, Schönheitsideale, familiäre- und kulturelle Prägungen, sowie persönliche Veranlagungen beeinflussen unser Leben.

Zusammen machen wir uns diese bewusst, behalten davon das, was uns dient und transformieren, was im Wege steht. Wenn deine erotische Energie frei fließt, kannst du dein Leben selbstbestimmter und kraftvoller gestalten.

Zusammen geht es leichter. Bring deine Freundinnen mit!

Leitung: Kati Magyar und Team

Seminar Juni

19.6.–21.6.

Preis: € 350 – 180 KG (Sliding-Scale) + € 155 U&V/KT

Seminar November

26.11.–29.11.

Preis: € 450 – 280 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

SPB-Soma-Prozessbegleitung für Paare

16.7.–19.7.

Wir sehnen uns nach Geborgenheit und Angenommensein. Wenn wir einen Menschen gefunden haben, mit dem das möglich zu sein scheint, investieren wir gern und viel. Oft fühlt es sich zu Beginn einer Beziehung richtig gut an. Wir begeben uns auf die Suche nach dem gemeinsamen Glück. Nach einigen Jahren kann es passieren, dass Verstehen immer weniger gelingt und die Anziehung der Körper schwindet. Durch die Soma-Prozessbegleitung lässt sich ein neuer Raum der körperlich-seelischen Resonanz erschließen, in dem es möglich wird, wieder mehr bei sich zu sein und in einem achtsamen Miteinander.

ⓘ haus-in-der-blume.de

Leitung: Tatjana Bach, Detlef Scholz

Preis: € 390 – 290 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Intuition & Meditation

3.9.–6.9.

Oft suchen wir im Außen Antworten auf unsere Fragen. Dabei schlummern die Antworten längst in uns. Wir lernen in diesem Seminar, in Kontakt mit unserer inneren Stimme zu kommen. Meditationen und vielfältige Übungen unterstützen uns darin. Wenn wir zur Ruhe kommen und unseren Geist klären, können wir unsere Impulse deutlich wahrnehmen. So wird unsere Intuition zu einem wichtigen Baustein in einem selbstbestimmten Leben, sei es in Beruf, Alltag oder Beziehungen. Das Seminar wird in Englisch gehalten und simultan übersetzt.

Leitung: Kira Kay

Preis: € 390 – 340 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Kraftvoll in Verbindung

11.6.–14.6.

Ein Seminar für echte Begegnung auf Augenhöhe. Lerne, wie du Klarheit und Verbindung in deine Beziehungen bringst, alte Muster erkennst und deinen Beziehungsraum klärst.

Entdecke, wie Gedanken Nähe verhindern können und was echte Verbindung möglich macht. Erlebe die Rolle von Macht, sprich unausgesprochene Konflikte an und erfahre, wie kraftvoll es ist, ganz du selbst zu sein.

Für alle, die sich nach mehr Tiefe und Authentizität sehnen. Komm allein oder bring deinen Lieblingsmenschen zum Vertiefen mit. Freund:in, Partner:in, Kolleg:in, Nachbar:in, Vater, Mutter. – Sei dabei!

Leitung: Friederike von Aderkas, Torsten Neese

Preis: € 850 – 450 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

HerzKraft des Mannes

Präsenz, Verbundenheit, Wirksamkeit

9.9.–13.9.

Dieses Seminar bietet Männern einen Raum, sich jenseits von Rollenbildern und gesellschaftlichen Erwartungen echt zu begegnen.

Du lernst, mit Gefühlen bewusst umzugehen, klar zu kommunizieren, konstruktiv Feedback zu geben und zu empfangen, im Team präsent und wirksam zu sein sowie eigene Schatten und Selbstsabotage zu erkennen.

Durch Körpererfahrungen, Meditation, Selbstreflexion und Austausch schärfst du deine innere Wahrnehmung, steigerst deine Lebendigkeit und gewinnst Klarheit darüber, wohin du deine Herzkraft lenken willst. Komm und gestalte ein kollaboratives Feld herzverbundener Männer mit uns.

Leitung: Gero von Aderkas & Team

Preis: € 675 – 345 KG (Sliding-Scale) + € 310 U&V/KT

Erforsche deine WutKraft

Basisseminar

17.9.–20.9.

Wut ist eine Kraft, die dem Leben dient. Sie informiert dich darüber, was für dich nicht stimmt und stellt dir die Energie zur Verfügung, die du für Veränderung brauchst. Bewusst kanalisiert gibt sie dir Klarheit und Ausrichtung. Sie unterstützt dich, Entscheidungen zu treffen, Projekte umzusetzen und deine Beziehungen zu klären. WutKraft ist das Lernfeld für den Umgang mit deiner Wut.

Im geschützten Rahmen kannst du ihr im Stillen begegnen, ihr laut Ausdruck geben und deine Fähigkeit erweitern, mit dir entgegengebrachter Wut präsent zu sein. Nimm deine Wut als eigene Kraft wieder in Besitz.

ⓘ wutkraft.de

Leitung: Friederike von Aderkas

Preis: € 850 – 450 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

© F. K. Godenschweger

Der Weg zu dir selbst

Emotionale Klarheit, Herzensweisheit und spirituelle Verbindung

15.10.–18.10.

Dein Weg zu Liebe und erfüllten Beziehungen, zu Freiheit und Erfolg in deinem Leben führt über deine volle Herzöffnung. Um dein Potenzial ganz zu entfalten, lösen wir Blockaden und werfen alten Ballast ab. Du findest eine klare und lebbare Vision für deinen Weg der Kraft.

Leitung: Kolja Güldenberg & Team

Preis: € 420 / 340 KG (Einkommensbasiert) + € 232,50 U&V/KT

Männer-Jahrestraining

Das Männer-Jahrestraining 2025 bietet dir eine intensive Begleitung über ein Jahr in einer unterstützenden Gruppe zwischen Herausforderung und Selbst- Verantwortung. Eine Chance für persönliches Wachstum, für wahrhaftige männliche Spiritualität und initiatorische Erfahrungen.

Die fünf Archetypen Krieger, Magier / Heiler, Liebhaber, König und Mystiker repräsentieren dabei wesentliche Lebensthemen, denen wir uns als Mann im Laufe unserer Entwicklung stellen müssen.

ⓘ initiation-mannsein.de

© F. K. Godenschweger

Der Krieger – Im Kreis der Männer

19.3.–22.3.

Durch Körper- und Forumsarbeit, angeleitete Meditationen, Gruppenübungen und Vorträge erschließen wir uns die elementare Kraft des „wilden Mannes", den kompetenten Umgang mit positiver Aggression und die Qualität von Ausrichtung und Entschiedenheit. Im Vertrauensraum unter Männern geht es um die Aussöhnung mit dem Vater, Solidarität unter Männern und unsere Fähigkeit zu selbstbestimmten Grenzen, klaren Entscheidungen und echter Autonomie und Klarheit.

Die Teile 2-5 finden im Schloß Bettenburg bzw. im Parimal (bei Göttingen) statt.

Leitung: Kolja Güldenberg, Sharan Thomas Gärtner

Preis: € 410 / 360 KG (Einkommensbasiert) + € 232,50 U&V/KT

Männertraining intensiv

Bewusst Mann Sein

10.12.–13.12.

Gemeinsam erspüren wir die Qualitäten der Archetypen Krieger, Heiler, Liebhaber und König für ein authentisches Mann-Sein. Lernziele: Emotionale Kompetenz, Körperbewusstsein, Freundschaft und Solidarität unter Männern, Selbstliebe und Selbstachtung, Klärung der Vater-Beziehung, Werte und Lebensziele. Bist du bereit, dich von anderen Männern unterstützen zu lassen und dabei ganz in deine Kraft zu gehen?

Buchbar als Einzelseminar oder Einführung zum Jahrestraining 2027.

Leitung: Kolja Güldenberg, Sharan Thomas Gärtner

Preis: € 410 / 360 KG (Einkommensbasiert) + € 232,50 U&V/KT

Körper, Kunst, Musik

Kreativität und gute Lösungen kommen nicht nur aus dem kognitiven Bereich – so wie Menschen nicht nur aus ihrem Kopf bestehen. Die Fähigkeit Innovationen hervorzubringen beruht auch auf Intuition, emotionaler Bewusstheit und einer gesunden Verankerung im Körper.

Wo gibt es heute noch Räume, diese Fähigkeiten zu entwickeln, sich authentisch zu zeigen und spielerisch auszuprobieren? Ohne den Druck von Perfektion, Verwertbarkeit und Stilsicherheit. Die künstlerische Darstellung von Menschen kann in unseren Seminaren neu gehört und gesehen werden. Wir verschmelzen Kunst, Kommunikation und Selbstausdruck auf Augenhöhe. Das weckt Selbstvertrauen und Kreativität – und wiederum Lust, gemeinsam zu gestalten.

Kunst und Gesellschaft

Künstlerischer Ausdruck in all seinen Facetten ist essenzieller Bestandteil einer zukunftsfähigen Kultur. Mit Kunst zapfen wir eine nichtlineare Form des Seins an – sie erschafft Zugang zu unendlich vielen Möglichkeiten. Diese kreative Kraft brauchen wir, wenn wir Lösungen für eine liebevolle und nachhaltige Gesellschaft entwickeln wollen.

Spirituelle Lieder und Mantras

26.2.–1.3.

Mantras sind klangvolle Melodien mit zum Teil jahrhundertealter Tradition. Die Melodien sind einfach und wiederholen sich.

In jedes neue Lied können wir uns schnell einstimmen und mitsingen. Der Kopf wird frei und der Verstand kommt zur Ruhe.

Leitung: Hagara Feinbier, Raimund Mauch

Preis: € 340 – 220 KG (Sliding-Scale) + € 228 U&V

Co-Tempel – Ein heiliger Raum für Verbindung, gemeinsam gestaltet

Tempel-Retreat für Menschen im Alter von 25–55

5.2.–8.2.

Dieses Tempel-Retreat erwächst aus dem, was gerade in mir, in dir und in unserer Gemeinschaft auf Zeit lebendig ist. Getragen von Langsamkeit, Musik, Ehrlichkeit, Körperlauschen und Erlaubnis entsteht diese Reise.

Lasst uns mit Neugier unsere Wünsche, Lust, Wildheit und Zartheit entdecken – so langsam, dass alle deine Anteile mitreisen und sich willkommen fühlen.

© Uli Decker

Dieser Tempel ist ein heiliger Ort für Wandlung – wo Prozesse sich entfalten und jede Emotion Raum bekommt. Eingebettet in den ZEGG-Kosmos feiern wir Verbindung – zwischen Wald, Sauna und gewachsener Gemeinschaft.

Leitung: Jasmin Seipold und Team

Preis: € 680 – 320 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Präsenz & Freiheit

Ganz bei dir landen mit tiefer Bindegewebsmassage

13.2.–15.2.

An diesem Wochenende lernst du grundlegende Prinzipien der tiefen Bindegewebsmassage kennen.

Diese kraftvolle und feine Art zu berühren ist sehr konkret und kann gleichzeitig einen mystischen und weiten Raum öffnen. Auf der fazialen Ebene berührt und darin gehalten zu sein, ermöglicht ein tiefes Fallenlassen in deine Essenz. Du wirst mehrere intensive 1:1 Sessions austauschen, kannst dein Nervensystem resetten und deinen Stressspeicher entleeren.

Durch Meditationen, Tanz, Ausdrucks- und Reflektionsräume begleiten wir den gemeinsamen Faszien-Release-Prozess intuitiv mit dem, was es braucht.

Leitung: Janina Kaphahn, Katharina Otto

Preis: € 320 – 150 KG (Sliding-Scale) + € 171 U&V/KT

Heilkraft Gesang, Tanz und Gemeinschaft

23.4.–26.4.

Wir singen und tanzen Kraft- und Heilungslieder aus vielen verschiedenen Kulturen. Das Singen und die einfachen Bewegungen berühren und öffnen das Herz und

schaffen einen Erfahrungsraum, in denen Liebe und Frieden für uns im Inneren und Äußeren erfahrbar werden.

Wir singen Lieder für Toleranz und Weltoffenheit, für ein erdverträgliches Leben, für tiefen Kontakt und Vertrauen unter Menschen, für Frieden und Dankbarkeit für das Leben.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

Leitung: Hagara Feinbier

Preis: € 340 – 220 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Love & Dance Festival

Raum für natürliche und lustvolle Lebensimpulse, Mühelosigkeit & Flow

25.6.–28.6.

... Tanzen, fließen, feiern, schmelzen, lieben. Zur Ruhe kommen, spüren, berühren & regenerieren • Ich, Du, Wir • Achtsam, präsent und lauschend – mutig und evolutionär • Mich trauen, wo es eine Einladung gibt • Grenzen anerkennen • Kontakt praktizieren mit allen Unsicherheiten, achtsam, würdevoll, archaisch. Tiefe Lebensenergie + Lebensimpulse unterscheiden lernen von Anstrengung und Überlebensstrategie.

Körper, Bewegung & Tanz stehen im Mittelpunkt unserer Forschung. Kontakt, Bindung, Verletzlichkeit, Empowerment, Beziehung, Gemeinschaft – das Leben tanzt !

Leitung: Zula N. Hoffmann, Daniel Werner & Team

Preis: € 440 – 300 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

19. Come Together Songfestival

Drei Tage voller Gesang, Vielfalt und Gemeinschaft

4.6.–7.6.

Heilsame Lieder und Tänze des universellen Friedens in der Natur • Spirituelle Lieder und Mantras • Yoga-Morgenmeditationen • Open Space – die Möglichkeit selbst anzuleiten / bei anderen teilzunehmen • Große Fiesta Vocale • Vernetzung, Fortbildung und Kraft- und Inspirationsquelle für Singkreisleitende • Programm für Kinder mit Suli Puschban • Bandwerkstatt für Teenies mit Ludger Rother • ...

ⓘ come-together-songs.de

Leitung: Hagara Feinbier, Raimund Mauch, Janin Devi & André Maris, Suli Puschban u.a.

Preis: € 240 / 190 KG (Selbsteinschätzung) + € 232,50 U&V/KT

Schöpfungskraft in Farbe

Bodypainting und Tanz

11.6.–14.6.

Körper, Tanzen, Kontakt und Farbe: Ein Paradieswochenende ...

Wir feiern die ursprüngliche und natürliche Schönheit unserer Körper und verbinden uns tanzend, malend, spürend mit uns selbst, miteinander und mit der Schöpfungskraft. Dabei befreien wir

© F. K. Godenschweger

unser Selbst- und Körperbild spielerisch von Normen und Ansprüchen, Müssen und Sollen.

Neben Körperbemalung und Tanz fließen Elemente der Achtsamkeit, gemeinsames Singen, bewusste Kommunikation und ZEGG-Forum ein. Wenn das Wetter es zulässt, sind wir vor allem draußen in der Natur.

Leitung: Ailu Müller, Simon Schramm

Preis: € 450 – 200 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Chanting²

Anders singen – spielerisch und neu

9.10.–11.10.

Wie können wir spontan und spielerisch mit Mantren und Chanting-Songs umgehen? Wie können wir eigene Versionen von Chanting-Songs entwickeln und in der Gruppe zum Klingen bringen? Mehrstimmigkeiten dazu erfinden? Was passiert, wenn wir Genres mischen, z.B. Beatbox und Bodypercussion mit Klezmer und Taizé-Liedern kreuzen? Aus einem Mantra einen Rap machen und aus einem Walzer einen Ska?

Ganz viel passiert durch Ausprobieren und Spielen. Außerdem ist auch die Überraschung immer ein wichtiger Player.

Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber nicht Voraussetzung. Hauptsache, du hast Spaß an Musik, Singen und Ausprobieren.

Leitung: Simon Schramm

Preis: € 200 – 120 KG (Sliding-Scale) + € 155 U&V/KT

Balkan- und Romalieder

17.9.–20.9.

Wir singen traditionelle Lieder aus Bosnien, Serbien, Kroatien, Bulgarien und Griechenland sowie einige neuere, „jazzigere" Roma-Kompositionen von Ida Kelarova und Desiderius Dužda (kelarova.com).

Im Seminar Balkan- und Romalieder lernen wir zusammengesetzte Rhythmen (7/8, 9/8, 11/8 ...) kennen, die auf dem Balkan verbreitet sind, aber auch das unverwechselbare Klangbild und die oft feurigen Tempi dieser Musik. Die Roma-Lieder sind sehr geeignet, tiefen Gefühlen Ausdruck zu geben.

Leitung: Hagara Feinbier

Preis: € 340 – 220 KG (Sliding-Scale) + € 228 U&V

Das ZEGG – ein Ort für wirkungsvolle Teamtage

Montags bis mittwochs öffnet das ZEGG seine Tore, um euer inspirierender Arbeitsort zu werden. Verlegt eure Klausurtage, Kick-Offs, Jahres- oder Teamtreffen in die Natur bei Bad Belzig!

Was euch erwartet:

» Konzentriertes Arbeiten in hellen Seminarräumen (45 – 160 m²)
» Gestärktes Miteinander durch die Kraft des Ortes
» Vollverpflegung aus eigenem Bio-Anbau
» Ausgleich pur am Badeteich, in der Sauna oder am Volleyballfeld

Kompetenz optional: Wir unterstützen euch bei Bedarf mit Workshops zu Resilienz, Nachhaltigkeit oder mit modernen Gruppenmethoden und erfahrenen Moderator:innen.

Schafft euren Traum-Raum für neue Ideen. Wir haben ihn für euch vorbereitet: ⓘ zegg.de/teamtage

Mantras & Stille

29.10.–1.11.

Wir werden an diesen Tagen über das lange, wiederholende Singen von Mantras und Chants aus verschiedenen Kulturen die Sinne schärfen und in die Magie des Augenblicks eintreten.

Das gemeinsame Singen lässt uns ausatmen und das ausdrücken, was uns beschäftigt hält. Dann werden unsere Bedürfnisse spürbar und das, was uns wirklich wichtig ist, tritt in den Vordergrund. Was sowieso andauernd an die Pforte des Bewusstseins klopft, kann wahrgenommen und gesehen werden, so dass es sich transformieren kann. Dabei entsteht wie von selbst ein innerer Raum von Zufriedenheit und Stille.

Leitung: Hagara Feinbier, Raimund Mauch

Preis: € 340 – 220 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Love & Dance Journey

12.11.–15.11.

Ein tiefer Selbsterfahrungs & Entwicklungsraum über Körper, Bewegung, Tanz. Entschleunigen. Bewegen. Kontakt.

Wenn wir uns sicher und wohl genug fühlen, sind wir offen für Liebe & Verbundenheit. Liebe als natürlicher Zustand stellt sich ein: Zärtliche Gesten, kreatürliche Gebärden. Zur Landefläche von Liebe werden.

Wir praktizieren Einstimmung, Nicht-Wissen, Flow & Wahrhaftigkeit, damit sie in alltäglichen Beziehungsdynamiken zu einer kraftvollen Ressource erwachsen können. Contact & Tribal Dance, Embodiment & NARM geben uns hierfür reichlich Inspiration. Im Forum kommt schließlich das zum Ausdruck, was der Tanz nicht vermag.

Leitung: Zula N. Hoffmann, Daniel Werner

Preis: € 480 – 340 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Come to Drum

Trommelkurs

20.11.–22.11.

Der Kurs ist geeignet für Anfänger:innen und Fortgeschrittene. Wir spielen mit Rhythmen und Kompositionen, die ihren Ursprung in den großen Trommelkulturen dieser Welt haben.

Im Zentrum steht gemeinschaftliches Lernen und das Erleben von Rhythmus, Trommel und Klang in ihrer Kraft, Magie und Vielfalt. Inhalte sind Musikalisches Basiswissen – Liedbegleitung – Hören und Zusammenspiel. Der inhaltliche Schwerpunkt richtet sich auch nach den Wünschen und Fertigkeiten der Teilnehmer:innen.

© F. K. Godenschweger

Zur Vertiefung und Integration des Erlernten kombinieren wir das Trommeln mit Meditation, offenen Ritualen und freiem Tanz.

Leitung: Thomas Ritthoff

Preis: € 250 – 130 KG (Sliding-Scale) + € 155 U&V/KT

Somatische Spiel- und Ausdrucksfreude

27.8.–30.8.

Wir widmen uns ganz dem Element Spiel in seinen verschiedenen Formen.

Gruppenspiele, Theater Impro, Action Theater und ImproArt (ein freier Raum des schöpferischen Seins) und verbinden das mit genussvoller Körperarbeit. Tage für dein künstlerisches Sein. Wer bist du noch? Finde deinen kreativen Selbstausdruck im Kontakt mit dir selbst und mit anderen Menschen.

Leitung: Tatjana Wolf

Preis: € 380 – 280 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Kundalini Yoga Retreat

„Dein authentisches Selbst"

12.3.–15.3.

Authentizität ist die Essenz unseres wahren Wesens – der unerschütterliche Kern, der jenseits sozialer Konditionierung, Selbstzweifel und äußerer Erwartungen existiert.

In der Praxis des Kundalini Yoga ist Authentizität nichts, was wir erwerben – sie ist etwas, das wir freilegen, indem wir Schicht für Schicht alte Muster abtragen, um den inneren Glanz sichtbar zu machen, der schon immer in uns war.

In diesem Seminar gehen wir durch die Kundalini Yoga Kriyas (Körper- und Atemübungen), meditieren und chanten Mantras, um uns intensiv mit unserem wahren Selbst zu verbinden und unser Licht scheinen zu lassen.

Leitung: Christina Pöhls

Preis: € 400 – 250 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Kundalini Yoga Retreat

„Deine authentischen Beziehungen"

22.10.–25.10.

Was bedeutet es, authentische Beziehungen zu leben – aus der Sicht des Yoga?

Entfalte deine emotionale Intelligenz und vertiefe die Verbindung zu dir selbst, zu anderen, zur Natur und zum Göttlichen. In diesem Kundalini Yoga Retreat nutzen wir Körper- und Atemübungen, Meditation und Mantrasingen, um Authentizität, Selbstliebe und Achtsamkeit zu stärken.

Gemeinsam erforschen wir, wie bewusste Beziehungen gelingen können – mit mehr Klarheit, Tiefe und Präsenz in jedem Moment.

Leitung: Christina Pöhls

Preis: € 400 – 250 KG (Sliding-Scale) + € 232,50 U&V/KT

Come-Together-Songs.de

Singend neue Welten entdecken –
in EinKlang kommen – Präsenz,
Leichtigkeit, Freude – Auftanken

Großes Songfestival im ZEGG
Bad Belzig, 4.-7. Juni 2026
Singseminare für jedeN
Gemeinschafts-Liederbücher
CDs zum Mitsingen

Therapeutische Begleitung bei emotionalen Belastungen, in schwierigen Lebensphasen oder in Krisensituationen.

Ich begleite Menschen mit Gesprächen und körperorientierten Methoden zur inneren Klärung. Dies entlastet emotionale Belastungen und macht heilsame Veränderungen möglich.

www.Praxis-Belzig.de
Einzelarbeit ~ Paare ~ Seminare & Gruppen

BEWUSST MANNSEIN 2026
Männer-Jahrestrainings
Kraftvoll und berührbar leben
Erwachsen lieben
Dein Potenzial verwirklichen

Sharan Thomas Gärtner & Kolja Güldenberg
www.initiation-mannsein.de www.maennlichkeit-leben.com
info@initiation-mannsein.de

Für mehr Freude am Leben!
Body De-Armoring - die Lebenskraft befreien

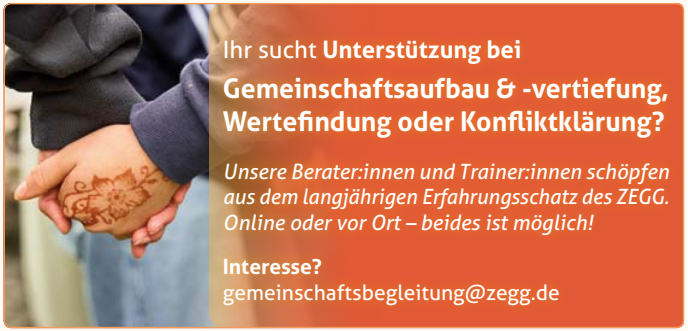
Body De-Armoring Retreats 2026
30.03.–12.4.26, bei Frankfurt
17.–30.08.26, ZEGG, bei Berlin
02.–15.11.26, bei Frankfurt

Private Sessions 2026
27.01.–08.02.26, Hätzingen, Schweiz

Mit
Sabina Tschudi &
Johannes Schröder

BODY DEARMORING

0041 79 221 96 15, www.bodydearmoring.ch



Gastveranstaltungen

Die Anmeldung zu diesen Veranstaltungen erfolgt nur auf den Seiten der externen Anbieter:innen. Die Buchung deiner Unterkunft dann – nach bestätigter Anmeldung – über unsere ZEGG-Homepage.

LOVER´S JOURNEY

Kreative Selbsterfahrung

8. – 13.12.

Dieses intensive Selbsterfahrungsseminar von Paul Rebillot unterstützt Dich auf Deinem Weg zu tieferen und authentischeren Liebesbeziehungen, zu anderen und zu Dir selbst.

Oft verlieren wir uns in Fantasien und Projektionen und sehen nicht, wen wir wirklich vor uns haben (Animus- und Anima-Projektionen C.G. Jung). Mit Methoden wie Körperarbeit, Ritualen, Tanz bietet Dir die Struktur des Seminars einen Erfahrungsraum, in dem Du mit klarem Blick, offen und frei Dir selbst und anderen Menschen in Liebe begegnen kannst.

Sandra v. Vegesack & Andreas Berner
abenteuer-heldenreise.de

SKWANESIE-LODGE

Schule für angewandtes schamanisches Wissen

19. – 22.3. | 24. – 27.9.
29.10. – 1.11.

Die Skwanesie-Lodge ist Bestandteil des „Sweet Medicine Sundance Path". Dieser spirituelle – auf schamanischen Wurzeln beruhende – Weg bietet profundes Wissen und mannigfaltige Werkzeuge für eine ganzheitliche Verbindung und Ausrichtung. Das Wissen basiert auf einem tiefen Verständnis von der Alchemie der Kräfte in der Natur, von Licht und Schatten im menschlichen Sein, von Heilung, Magie und Selbstwachstum

Wir bieten gemeinschaftliches Lernen, individuelle Begleitung, spannende Teachings und Zeremonien in klaren und sicheren Räumen.

Wer bin ich, woher komme ich – was sind die Hunger meiner Seele? Solche zentralen Fragen kann Niemand für jemand anderen beantworten. Wir laden Dich ein zu einer Reise diese Dinge tiefer zu erforschen.

Thomas Ritthoff, skwanesie-lodge.de

EINFÜHRUNG IN DIE ARBEIT VON VIVIAN DITTMAR

Lebensweise Basisseminar

4. – 6.12.

... in einer Zeit, die uns alle (auf-) fordert, Lebensweise zu werden:

Das Basisseminar ist deine Gelegenheit, Vivian Dittmars Wirken live zu erleben – in vier Themenfeldern, die Eckpfeiler ökosozialen Wandels sein können:

Emotionale Heilung, Gesunde Beziehungen, Innere Anbindung und Echter Wohlstand.

Ein Wochenende voller Impulse für ein Leben aus der eigenen Essenz. Wie gelingt Wandel – innen wie außen?

Vivian Dittmar, vivianditmar.net

TANTRIC MATRIX

Ilkas Seminare verbinden Körperpsychotherapie und Tantra in einem geschützten Raum, in dem jede/r seine Grenzen auf erstaunliche und freudige Art erweitern und Wachstum erfahren kann.

Intimität und Grenzen
30.1. – 1.2.

Es ist eine Freude und Befreiung, Selbstwert und Selbstachtung zurück zu gewinnen, um mehr Tiefe und Intimität zulassen zu können. Wir arbeiten behutsam daran, das Vertrauen und den Mut hervorzubringen, uns dem anderen mitzuteilen und die Empfindsamkeit zu stärken. Echte Kraft wächst und wir treten in Kontakt zu ihr.

Wer bin ich
11. – 15.2.

Früh wird gelernt, spontane Impulse zu unterdrücken und stattdessen Masken zu entwickeln, die sich an geistig emotionalen Reaktionen sowie durch den Körper zeigen. Das Seminar bietet Wissen und Übungen, um diese Masken ins Wanken zu bringen.

Frauenseminar „Satisfaction"
19. – 22.3.

Für Frauen, die sich selbst lieben lernen, ihre sexuelle Lebendigkeit hervorholen und ihr Selbstvertrauen im Leben stärken möchten. Neben körpertherapeutischen und tantrischen Methoden, werden Techniken aus der Bioenergetik und dem Yoga verwendet. Unsere eigene Sexualität erhält den Raum, den sie braucht. Humor und Ernsthaftigkeit begleiten den Prozess.

Tantric Matrix IV
Körper- und Lebensenergie
7. – 11.10.

Die Beziehung zum eigenen Körper steht im Vordergrund: Wie viel Selbstakzeptanz, Liebe, Genuss, auch wie viel Ablehnung und Nicht-Fühlen-Wollen steckt in unseren Körperzellen? Jeder Teilnehmer erhält eine eigene Session: Sie legt das Maß der Liebe zu sich selbst und den Bezug zur eigenen Sexualität offen.

Es ist eine Möglichkeit, sich mit dem eigenen Körper anzufreunden, ihn so zu akzeptieren, wie er ist, anstatt ihn zu malträtieren, in seiner Funktion zu bewerten oder anders haben zu wollen. Selbstablehnung bis zu Selbstverletzung kann sich in Annahme und Dankbarkeit wandeln. So entstehen Lust, Freude, Sinnlichkeit und eine Lebendigkeit, die körperlich fühlbar ist.

Ilka Stoedtner, ilka-stoedtner.de

LUST UND WISSEN

Chuluaqui-Quodoushka 1–3

Stell dir vor, Sexualität ist natürlich, heilig und wunderschön! In 3 Stufen wirst du tiefer und tiefer in das praktische und magische sexuelle Wissen dieser universellen indianisch-schamanischen Tradition eingeführt. Übungen und Zeremonien vertiefen die erhaltenen Teachings. Mache dich für intensive 4–5 Tage bereit.

Quodoushka 1	**29.4. – 3.5.**
Quodoushka 2	**11. – 15.11.**
Quodoushka 3	**19. – 22.11.**

Batty Gold & Rose Fink

Info und Anmeldung:
Thomas Binder-Leube
lust-und-wissen.de

Body Dearmoring®
17. – 30.8.

Body Dearmoring ist eine einzigartige Gelegenheit, Dich von Altlasten zu befreien, Dich neu auszurichten und durchzustarten! Es ist ein tiefgreifender, heilender Prozess für Körper, Charakter und Sexualität.

In 13 Sitzungen, begleitet von zahlreichen Teachings, Gesprächen, Reflexionsübungen und mehr, reinigst und befreist du Dich von den Aspekten deiner Vergangenheit, die Dich nach wie vor prägen und einschränken.

Der Heilungsprozess ist vital, lebensbejahend, fröhlich und kraftvoll. Wenn die Panzer aufgelöst sind, bleibst Du auch entpanzert. Es ist eine einmalige Heilung und ein Neustart im Leben.

Die Zeremonie entstammt dem alten „Sonnentanzweg der Süßen Medizin" und wird von Sabina und Johannes seit fast 30 Jahren in Europa angeboten.

Sabina Tschudi & Johannes Schröder
Info und Anmeldung:
Karsten Guschke, lust-und-wissen.de

SECRET OF TANTRA

Spirit of Tantra Jahrestraining

25. – 29.3. | 6. – 10.5.
11. – 14.6. | 9. – 13.9. | 4. – 8.11.

In unserem Intensiv-Jahrestraining vermitteln wir die tantrische Idee eines spirituell und sinnlich erfüllten Lebens auf eine Art, die auf den westlichen, mitten im Leben stehenden Menschen zugeschnitten ist, die ursprünglichen Quellen des tantrischen Yoga aber bewahrt und würdigt.

Teil 3 (11.–14.6.) findet für die Frauen im ZEGG und die Männer in einem anderen Seminarzentrum statt.

ShaktiDance
Frauenzeit des Tantra Jahrestrainings – Vertiefung unserer tantrischen Schwesternschaft
11. – 14.6.

Ganz auf uns Shaktis konzentriert, tauchen wir tiefer ein in unsere Weiblichkeit und schaffen einen Raum der Kraft und Heilung durch Körperarbeit, Tanz, tiefem Austausch und im tantrischen Ritual!

Free Spirit
Tantra für Menschen von 18–38 auf Spendenbasis
10. – 12.4.

Lerne die Basics des integralen Tantras kennen und erfahre den einzigartigen Geschmack dieses Weges!

Geheimnisse der Lebenslust
Tantra Einsteigerseminar auf Spendenbasis
27. – 29.11.

Erfahre die Grundübungen des Integralen Tantra und ein Shiva/Shakti-Ritual in achtsamer und klarer Begleitung des Secret of Tantra Teams.

Open Heart Festival
Das größte Tantra-Festival Deutschlands
1. – 5.7.

Erfahre und tanke Inspiration, Freude und Liebe im Tantra-Kraftfeld, begleitet von vielen prominenten Tantralehrenden, Musikern und YoginIs!

Silvio Wirth & Mara Fricke-Wirth
secret-of-tantra.de

© Uli Decker

Seminarort ZEGG

Im ZEGG erwartet dich ein ganzheitliches Bildungserlebnis, eingebettet in ein gemeinschaftliches und ökologisches Umfeld.

Das Gelände wird nachhaltig bewirtschaftet und ist permakulturell gestaltet. Der eigene biologische Gartenbau und die Küche versorgen dich mit leckeren vegetarischen und veganen Gerichten. Die Räume werden aus erneuerbaren Quellen beheizt. Der Platz ist nahezu autoverkehrsfrei und größere Straßen liegen weitab.

Das ZEGG ist ein Lebens- und Lernort

Durch die Nachbarschaft mit der ZEGG-Gemeinschaft entsteht eine besondere Lernatmosphäre. Hier ist auch jenseits der Seminarzeiten Platz für die Vertiefung des Gelernten. Beim gemeinsamen Essen im Restaurant kannst du dich austauschen und vernetzen.

Das weitläufige Gelände bietet viel Platz zum Spazieren, einen Meditationsraum, den Dorfplatz mit Café, Sportmöglichkeiten und einer im Rahmen von Seminaren nutzbaren Sauna.

Von diesen Möglichkeiten profitieren auch Klausur- oder Teamtagem, die du hier abhalten kannst! (Siehe Seite 44)

Info & Anmeldung

Für alle Veranstaltungen und Besuche ist **eine vorherige Anmeldung online** über unsere Seite zegg.de erforderlich. **Die vollständigen Anmeldebedingungen** finden sich auf: zegg.de/anmeldung

Häufige Fragen / FAQ

Ausführliche Antworten und Hinweise findest du auf zegg.de unter: Veranstaltungen / Häufige Fragen.

Unterbringung

Der ausgewiesene Grundpreis für Unterbringung und Verpflegung (U&V) versteht sich für **Gruppenschlafräume bzw. Mehrbettzimmer.** In der Sommersaison stehen auch Gruppenzelte und Sommerhütten zur Verfügung.

Einzel- und Doppelzimmer sind gegen Aufpreis buchbar. Frühzeitige Reservierung ist erfahrungsgemäß sehr empfehlenswert.

Die Einzel- oder Doppelzimmerbuchung beinhaltet Bettzeug, -bezüge und Handtuch. Im Grundpreis für Gruppenunterkunft und Mehrbettzimmer sind diese nicht enthalten, können jedoch gegen Gebühr hier ausgeliehen werden.

In den Unterkünften stehen **Etagenbäder** für Männer, Frauen & All-Gender zur Verfügung.

Seminarzeiten

Üblicherweise beginnen die Seminare um 18:30 Uhr mit dem Abendessen und enden mit dem Mittagessen um 13:00 Uhr.

Informationen über **abweichende Zeiten** und **Mitzubringendes** zu den Veranstaltungen erhältst du mit der Anmeldebestätigung.

Bei vielen Seminaren ist es **möglich, einen Tag früher anzureisen** oder länger zu bleiben und den Platz zu genießen.

Küche & Bioverpflegung

Wir kochen im ZEGG **vegetarisch** und bieten immer **vegane** Alternativen an. Verwendete Lebensmittel stammen nahezu vollständig aus **ökologischer Erzeugung,** dem eigenen ökologischen Garten, der Region und fairem Handel.

Sonderwünsche nach laktose- oder glutenfreier Kost können wir erfüllen. Informiere uns hierüber bereits bei deiner Anmeldung!

Darüber hinausgehende Ernährungswünsche – insbesondere bei spezifischen Unverträglichkeiten – können wir **nicht erfüllen.**

In unserer Großküche wird sowohl für die Gäste als auch für die ZEGG-Gemeinschaft gekocht.

Der Preisgestaltung liegt zugrunde, dass **Gäste auf den Festivals und Großveranstaltungen beim Spülen unterstützen.**

Preise

Sliding-Scale: hier kannst du in einem vorgegebenen Rahmen den Seminarpreis nach deinen Möglichkeiten und dem Solidarprinzip selbst bestimmen.

Frühbucherpreise gelten bei Anmeldung bis einschließlich Stichtag und Zahlungseingang spätestens sieben Tage nach Rech-

© F. K. Godenschweger

nungsstellung. Ansonsten gilt automatisch der Normalpreis.

Einkommensbasierte Staffelpreise: Richtwerte zu den Einkommensgrenzen finden sich in den FAQ unter „Preise und Bezahlung"

Verpflegungspreise verstehen sich als Tagespauschale, einzelne Mahlzeiten können nicht herausgerechnet werden.

Die ZEGG gGmbH ist Veranstalterin der aufgeführten Bildungsangebote. Für **Angebote externer Anbieter** ist sie nur für Unterbringung und Verpflegung die Vertragspartnerin.

Die ortsübliche, von uns abzuführende, **Kurtaxe** ist bei kurtaxepflichtigen Angeboten **im Preis enthalten.** Genannte Preise enthalten die jeweils gültige Mehrwertsteuer.

Alle Überschüsse aus dem Seminarbetrieb werden dem gemeinnützigen Zweck der ZEGG gGmbH zugeführt.

Zahlungen

Bitte überweise nicht vor dem Erhalt einer Rechnung – und immer mit der **Rechnungs- und Kundennummer** im Verwendungzweck.

Die **Bankverbindung** der ZEGG Bildungszentrum gGmbH:
GLS Bank, BIC GENODEM1GLS
IBAN DE46 4306 0967 4006 7269 01

Stornobedingungen

Wir legen euch den **Abschluss einer Seminar-Rücktrittsversicherung in beiderseitigem Interesse sehr ans Herz!**

Bei Stornierung einer Anmeldung oder Reservierung durch den Gast fallen Stornogebühren an.

Anteilig von den insgesamt gebuchten Leistungen berechnen wir: ab 8 Wochen vor Veranstaltungsbeginn: € 40 (auch bei kostenfreien Angeboten) • ab 4 Wochen: 20 % • ab 10 Tagen: 50 % • ab 4 Tagen: 90% • bei Nichtinanspruchnahme der Leistung oder bei verkürzter Teilnahme erfolgt keine Erstattung.

Es gilt der Tag des Eingangs der Stornierung per Mail oder Brief.

Internet / WLAN

Um den Platz ablenkungsarm zu halten, bieten wir am Internetcafé WLAN nur tagsüber an. Im Internetcafé stehen drei Terminals, sowie LAN-Kabel zur Verfügung. Einzel- und Doppelzimmer sind mit LAN-Steckdosen ausgerüstet.

Kinder & Jugendliche

Nur während des Pfingst-, Sommercamps und Songfestivals, sowie speziell ausgeschriebener Angebote, gibt es für Kinder und Jugendliche zeitweise Betreuung. Ansonsten gibt es **keine Betreuung.**

Bitte besprecht vorab mit dem Empfang, ob es sinnvoll ist, zu einer Veranstaltung mit Kindern anzureisen.

Menschen unter 18 Jahren benötigen zur Anmeldung die schriftliche Einwilligung eines Erziehungsberechtigten.

Etwas im ZEGG vergessen?

Gegen eine Bearbeitungsgebühr kommt Gefundenes wieder zu dir: fundsachen@zegg.de

Anreise

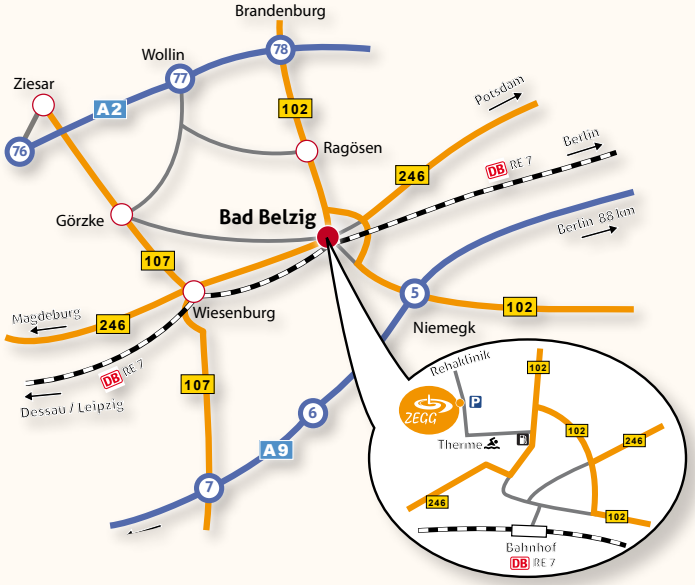
Wir empfehlen die Anreise mit Bus und Bahn.

Das ZEGG ist gut mit **öffentlichen Verkehrsmitteln** zu erreichen. Bad Belzig wird von der Bahn aus den Richtungen Dessau und Berlin mindestens stündlich bedient.

Tagsüber verkehrt die Buslinie 590 direkt vom Bahnhof zum ZEGG (Samstag und Sonntag eingeschränkte Verkehrszeiten).

Eine kostenlose **Mitfahrbörse,** die wir empfehlen können, findest du unter: BesserMitfahren.de

Wenn es doch das **Auto** sein soll: In Bad Belzig der Ausschilderung „Steintherme" folgen. An der Steintherme vorbei nach 400 m rechts in die Rosa-Luxemburg-Straße einbiegen. Nach 600 m liegt links das ZEGG-Gelände. Der Parkplatz befindet sich rechts von der Straße.



Impressum

Redaktion: Bill Nickl, Ingo Sparr, Barbara Stützel, Alicia Dieminger

Satz & Layout: Ingo Sparr, Eva Weigand, Michael Anderau

Fotos: Finnegan Koichi Godenschweger, Uli Decker, Ju Lewan, Ingo Sparr, Susanne Heise, Britta Lindloff, u.a.m.

Titelbild: Bill Nickl „Fülle" (Ausschnitt)

Die Umwelt liegt uns am Herzen!

Das Jahresprogramm wurde ressourcenschonend auf **100 % Recyclingpapier** mit Druckfarben auf Basis von nachwachsenden Rohstoffen gedruckt.

Die herstellende Druckerei *Lokay* arbeitet klimaneutral und ist EMAS-zertifiziert (EU-Öko-Audit).

Warum das ZEGG unterstützen?

Seit über 34 Jahren setzen wir uns für tiefgreifenden gesellschaftlichen Wandel ein – für mehr Verbundenheit, Nachhaltigkeit und Kooperation.

Wir leben in Gemeinschaft, um herauszufinden, wie ein solches Leben möglich wird und setzen es in die Tat um.

Die Kompetenzen, die wir im Zusammenleben und nachhaltigen Wirtschaften entwickeln, geben wir an unsere Gäste weiter. Unsere Bildungsarbeit bietet Räume für lebendiges Lernen, transformatorische Prozesse und Bewusstseinsentwicklung.

Mit deiner Spende stärkst du eine ganzheitliche und kooperative Kultur. Gemeinsam schaffen wir ein soziales und ökologisches Modell für eine bessere Zukunft.

Dein Beitrag für die Zukunft

Wir brauchen dich, damit das soziale und ökologische Experiment, das unser Bildungszentrum speist, weiter gedeihen kann.

Neben deinen Besuchen bei uns bitten wir dich herzlich um deine finanzielle Unterstützung mit einer Spende.

Wir freuen uns über deinen Beitrag. Vielen Dank!

Was du unterstützt

» lebendiges Lernen mit Geist, Körper und Seele

» achtsame, ehrliche & lebendige Begegnungsräume für Themen von Beziehung und Liebe

» Wissen über kooperative soziale Systeme und Gemeinschaftsaufbau

» regeneratives Wirtschaften mit der Natur, z.B. in Gartenbau, Platzgestaltung und Energieversorgung

» einen soziokratisch geführten selbstverwalteten Betrieb in Mitarbeiter:innenhand

Danke

Im Jahr 2025 unterstützen uns:

» 157 ZEGG-Club-Mitglieder – mit einer monatlichen Spende ab 25 €

» 315 Fördernde des ZEGG – mit einer monatlichen Spende zwischen 5 und 20 €

» 180 Menschen, die einmalig an das ZEGG gespendet haben – von 5 bis 20.000 €

Herzlichen Dank euch allen! Ihr seid Spitze!

Spenden und Kontakt

Spenden kannst du ganz leicht unter zegg.de/spenden.

Hast du eine Frage oder auch eine Idee zum Spenden, dann wende dich gerne an Charlotte unter club@zegg.de.

Lebendiges Experiment Bewusstsein in der Liebe Ökologie in Verbundenheit

Unsere Festivals, Ausbildungen und Seminare machen eine lebendige und zukunftsfähige Lebensweise erfahrbar. Sie sind eingebettet in den sozialen und ökologischen Lebensraum der ZEGG-Gemeinschaft. Unser Bildungszentrum gestalten wir in kreativer Kooperation. Lass dich inspirieren!

ZEGG Bildungszentrum gGmbH
14806 Bad Belzig | Rosa-Luxemburg-Str. 89
empfang@zegg.de | 033841 595-100
zegg.de