

Freunde und Interessierte der Märkischen Runde,

endlich ist es Winter und was ist ein Winterspaziergang bei Plus 10° Celsius? Ob das Wetter am nächsten **Sonntag, dem 2.2.2014** auch noch so schön (kalt) und sonnig ist, wissen wir natürlich auch nicht, aber dass der Besuch der Wasserbüffel und Galloway-Rinder auf dem Demeter-Hof von Sonja Moor in Hirschfelde und die dazugehörige Führung mit Anne (die wir heute erleben durften) bei jedem Wetter ein spannendes Erlebnis ist, wissen wir sehr wohl.

Treffpunkt ist 9.55 Uhr am Hirschteich in Hirschfelde, Ernst-Thälmann-Str. 14. Die Wanderung ist kurz, aber dafür besteht die Möglichkeit ein 1000 kg Tier den „zarten“ Hals zu massieren. Mehr Infos unter <http://www.modelldorf-hirschfelde.de/>. Dauer ca. 1,5 Std., danach Besuch des Hofladens, wer denn möchte. Regional & fair. Wir setzen damit die Tradition der Serie von und mit Dr. Lauritsen fort, der damals auf die Besonderheiten seiner Highland cattles abstellte.

In Kürze kläre ich mit Frau Mau **Annemarie Mauer**, anerkannte **Feldenkrais-Expertin** die Details ab und dies wird dann die nächste Veranstaltung sein. Auch hierbei handelt es sich in gewisser Weise um einen Spaziergang - Bewusstheit durch Bewegung zu erspüren aufgrund der ständigen Verknüpfung durch Denken, Fühlen und Handeln.

Zu guter Letzt beginnt im Februar eine spezielle Veranstaltungsserie zum Thema „**Jetzt** – oder **Die Kraft der Gegenwart**“. Wer das gleichnamige Buch des Autors E. Tolle gelesen hat (Voraussetzung!) und Interesse an einer Teilnahme hat und sich noch nicht angemeldet hat, kann dies jetzt noch tun. Wir werden uns in einem kleinen Erfahrungsaustausch auf die Thematik einstimmen und dann die ersten Kapitel aus dem Buch anhören und danach nicht über das Gehörte diskutieren, sondern die aufgenommen „Energie“ mit nach Hause nehmen und nachklingen lassen. **Termin voraussichtlich Freitag, 14.2, 18 – 20.30 Uhr.**

Mit freundlichen Grüßen