



ICF München e.V.  
Konstantin Fritz  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Arnulfstraße 56  
80335 München  
T. +49 157 7385 4408  
[presse@icf-muenchen.de](mailto:presse@icf-muenchen.de)  
[www.icf-muenchen.de](http://www.icf-muenchen.de)

## Presseinformation

09.02.2026

# AmoreXperience 2026 im Showpalast München begeistert Tausende Paare und setzt neue Impulse für starke Beziehungen

*Die AmoreXperience 2026 im Showpalast München hat erneut eindrucksvoll gezeigt, wie groß das Bedürfnis nach Inspiration, Orientierung und Ermutigung in Partnerschaft und Ehe ist.*



**Unter dem Motto „Let Your Love Grow“ kamen 2.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer vor Ort in München zusammen, um ihre Beziehungen neu zu entdecken und zu vertiefen. An 94 Übertragungsorten im deutschsprachigen Raum waren knapp 5.500 Personen mit dabei.**

**Auch digital erreichte das Event eine breite Öffentlichkeit: Die Eröffnungssession am Freitag**

**Abend wurde von über 12.000 Endgeräten aufgerufen. Möglich gemacht wurde das Großevent durch das Engagement von 455 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die überwiegend ehrenamtlich im Einsatz waren.**

## Raum für Hoffnung, Tiefe und neue Perspektiven

Die AmoreXperience richtet sich an Paare in allen Phasen ihrer Beziehung – von frisch verliebt bis langjährig verheiratet, von harmonisch bis herausfordernd. In inspirierenden Sessions, Workshops und kreativen Erlebnisformaten wurden Themen wie Kommunikation, Vertrauen, Sexualität, Humor in der Beziehung und emotionale Nähe aufgegriffen.

Ziel des Events ist es, Paaren einen Raum zu eröffnen, in dem sie neue Perspektiven gewinnen, Hoffnung schöpfen und konkrete Impulse für ihren Alltag mitnehmen können – lebensnah, ehrlich und ermutigend.

**VORSTAND** TOBIAS TEICHEN (1. VORSITZENDER)  
CLEMENS LUTTER (2. VORSITZENDER)  
STEFFEN EICHE (3. VORSITZENDER)

SPENDENKONTO HYPOVEREINSBANK  
IBAN: DE90 7002 0270 0660 7270 19  
BIC: HYVEDEMMXXX

**ICF-MÜNCHEN E.V.**  
VEREINSREGISTER VR18777  
SITZ MÜNCHEN



*Tobias und Frauke Teichen, Gründer der AmoreXperience und Leiter von ICF München*

Tobias und Frauke Teichen, Leiter der AmoreXperience, ziehen ein positives Fazit: „Die AmoreXperience 2026 hat gezeigt, wie sehr Paare sich nach Tiefe, Freiheit und echter Verbundenheit sehnen. Viele haben erlebt, dass Liebe wachsen kann – wenn man bereit ist, sich neu aufeinander einzulassen.“

Inhaltlich spannten die Sessions einen weiten Bogen von emotionaler Nähe bis zu wissenschaftlichen Perspektiven auf Beziehung und Sexualität. Themen waren unter anderem, wie blockierte Liebe wieder lebendig werden kann, welche drei Pfeiler eine Ehe dauerhaft tragen, was Schöpfung und Wissenschaft über erfüllte

Sexualität sagen und wie Humor hilft, Konflikte zu entschärfen. Impulse gaben Tobias und Frauke Teichen (ICF München), Prof. Dr. Christoph Raedel (FTH Gießen), Dr. med. Sarah Limbeck sowie René und Ilana Schubert (ICF Wien).

### **Sexualität neu verstehen – Impulse von Dr. med. Sarah Limbeck**

Auf der AmoreXperience werden Themen offen und unverkrampft angesprochen, die bei vielen Paaren möglicherweise Scham hervorrufen: In ihrer Session zeigte Dr. med. Sarah Limbeck auf, wie erfüllte Sexualität gelingen kann – jenseits von Leistungsdruck, Rollenbildern und unrealistischen Erwartungen.

Sie machte deutlich, dass unsere Sexualität stark von sogenannten „sexuellen Skripten“ geprägt ist – tief verankerten Bildern und Abläufen, die häufig durch Medien und Pornografie beeinflusst werden. Diese können Angst, Druck und Unsicherheit erzeugen und echte Intimität erschweren.

Dr. Limbeck ermutigte Paare, solche Bilder bewusst zu hinterfragen, Lust nicht synchron zu erwarten und Sexualität nicht als Bewährungsprobe zu verstehen, sondern als Raum für Nähe und Begegnung. Mit anschaulichen Bildern verglich sie die Erregung von Männern und Frauen: Während männliche Lust oft spontan entsteht, entwickelt sich weibliche Erregung meist langsamer, dafür stabiler – ein Unterschied, der Verständnis und Geduld erfordert.



*Dr. med. Sarah Limbeck*



## Erlebnis, Gemeinschaft und Inspiration



*Im „Candlelight Room“ konnten die Paare bei Drinks und Musik entspannen*

Neben den inhaltlichen Sessions bot die AmoreXperience ein vielfältiges Rahmenprogramm: Workshops, Musik, Begegnungsräume und kreative Formate schufen eine Atmosphäre, in der Paare nicht nur zuhören, sondern Beziehung aktiv erleben konnten.

Alle Sessions der AmoreXperience 2026 sind kostenlos auf dem YouTube-Kanal von ICF München verfügbar. Auch die simultane Übersetzung in die Deutsche Gebärdensprache steht dort zur Verfügung.

### **Ausblick: AmoreXperience 2027 – „Time for Adventure“**

Die nächste AmoreXperience findet am 5. und 6. März 2027 unter dem Motto „Time for Adventure“ statt. Der Ticketverkauf ist am 7. Februar 2026 gestartet. Von 1.000 Paartickets sind innerhalb von nur zwei Tagen noch 160 Tickets verfügbar – ein deutliches Zeichen für das große Interesse an dem Format.

Weitere Informationen und Tickets unter:  
[www.amorexperience.de](http://www.amorexperience.de)

Veranstalter der „AmoreXperience“ ist ICF München e.V.  
Kostenlose Liveübertragung auf dem YouTube Channel „ICF München“  
Simultanübersetzung: Englisch, Gebärdensprache

Informationen auf [www.amorexperience.de](http://www.amorexperience.de)

*Die International Christian Fellowship (ICF) München ist eine lebendige und weltoffene Kirchengemeinde mit dem Ziel, Menschen in München und darüber hinaus zu inspirieren und ihnen zu helfen, eine starke Beziehung zu Gott aufzubauen. ICF München veranstaltet regelmäßig Events und Aktivitäten, um Menschen jeden Alters und Hintergrunds zu erreichen und zu ermutigen. ICF München hat Sonntag für Sonntag 2.000 Besucher, zehntausende Menschen klicken regelmäßig die Podcasts der Predigten. Information: [www.icf-muenchen.de](http://www.icf-muenchen.de) / [www.youtube.com/user/icfmuenchen](https://www.youtube.com/user/icfmuenchen) / [www.instagram.com/icfmuenchen](https://www.instagram.com/icfmuenchen)*

### **Pressekontakt:**

Konstantin Fritz, Pressesprecher ICF München  
0157-73854408 | [presse@icf-muenchen.de](mailto:presse@icf-muenchen.de) | [www.icf-muenchen.de/presse](http://www.icf-muenchen.de/presse)