Symp-Klang-3

Klangschalenmeditation 3

Datum: 18.10.2024 - 18.10.2024
Zeit: 17:30 - 18:15 Uhr
ReferentIn: **Doris Schüchner**

Biographie ReferentIn

NUR für Teilnehmer:innen des Symposiums

Seminarbeschreibung

Projekt VonOhrzuOhr
Im Rahmen des Symposions stehen drei Termine zur Verfügung, eine Klangschalenmeditation auszuprobieren.
Hierbei werden unterschiedliche Klangschalenklänge im Rahmen einer Fantasiereise angeboten. Klangschalenmeditationen schärfen die Wahrnehmung und unterstützen Visualisierungen. Meditation ist keine Entspannungstechnik per se, trotzdem kann sie sehr entspannend sein.
Klangschalenmeditationen können im Liegen oder Sitzen, jedenfalls in einer, längere Zeit angenehmen Position genossen werden. Bequeme Kleidung wird empfohlen.
Qualitativ hochwertige Klangschalen werden aus mehreren Metallen hergestellt. Dadurch entsteht der nachhallende, schwingungsbetonte und obertonreiche Klang. Die beruhigenden, harmonisierenden Klänge und vibrierenden Schwingungen fördern Achtsamkeit und eine fließende Atmung.
Kommen Sie mit sich selbst in Einklang!

Seminarort

Teilnahme

Minimum: 1 Teilnehmer

Maximum: 20 Teilnehmer

Mitglieder: €,-

Ihr Preis: €,-

Einheiten: EH á 45 Min.