



Klangraum

Alle sind willkommen, die ihre eigene Stimme, unser ureigenes Instrument zum Klingen bringen möchten. Es sind keine musikalischen oder sängerischen Vorkenntnisse erforderlich. Es kommt nicht darauf an «richtig» oder «schön» zu singen.

Du erlebst Klangraum und Raumklang durch Singen von einfachen Melodien, Mantras und Kraftliedern, lauschst deinem innewohnenden Ton und bringst ihn gemeinsam mit anderen zum Ausdruck. Singen ist gut für Herz, Seele und Körper, öffnet, befreit, schenkt Energie und Freude.

Neben dem «Selber-Tönen» werde ich dich in einer Klangmeditation in die Stille führen und dich somit tiefe Entspannung und Ausgeglichenheit erleben lassen.

Ein wunderbares Weihnachtsgeschenk an dich selber .

Praxishaus Vitalis, Gampel:

Freitag, 15. Dez. 2023 19.00 – 20.30 Uhr

Kosten: 1 ½ Std CHF 30.–

Mitbringen: bequeme Kleidung und rutschfeste Socken

atem & stimme

Judith Furrer-Bregy
Eidg. dipl. Komplementärtherapeutin
Dipl. Atem-Körpertherapeutin
Dipl. Stimmpädagogin

Infos und Anmeldung
Judith Furrer-Bregy:
www.atemundstimme.ch
078 883 07 04