



atem & stimme

Judith Furrer-Bregy

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» wirst du in ein soundbath eintauchen. Die Schwingungen von Klangschalen, ausgewählten Instrumenten und meiner Stimme schaffen einen Raum, in dem Entspannung, Regeneration und innere Verbundenheit entstehen können. Ein wunderbares Weihnachtsgeschenk an dich selber.

Praxishaus Vitalis, Gampel

Freitag, 11. Dez. 2026, 18.30 – 20.00 Uhr

Kosten: 1 ½ Std CHF 30.–

Mitbringen

bequeme Kleidung und rutschfeste Socken

Teilnehmerzahl beschränkt.



atem & stimme

Judith Furrer-Bregy

Eidg. dipl. Komplementärtherapeutin

Atem-Körper-Stimme

Körperpsychologie

Infos und Anmeldung

Bitte online anmelden bis

2 Wochen vor Kursbeginn:

www.atemundstimme.ch

078 883 07 04

