

Entschleunigung - gegen den Wettlauf mit der Zeit

1 7F 6504Tiefenentspannung mit tibetischen Klangschalen (Grundkurs)

In diesem Grundkurs erlernen und genießen Sie eine Basis-Klangmassage mit tibetischen Klangschalen. Die Klangschalen werden auf dem bekleideten Körper aufgelegt, zum Klingen gebracht und spürbar wohltuend breiten sich die Schallwellen im Körper aus. Durch die Schwingungen der Klangschalen in bestimmten Frequenzbereichen ist die Tiefenentspannung möglich.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke, kleines Kissen und Nackenkissen, Klangschale und Schlägel (wenn vorhanden)

1 Verantst. / 7 UE / 40,00 EUR Annenstr. ruhiger Raum

Sonnabend 10:00 bis 16:00 Uhr Termin: 11.03.2017

Agnes Ponizil, Dipl.-Musikerin VHS, Annenstraße 10, 01067 Dresden

-----