

## Im Einklang sein Mit Klangmassage die eigene Mitte erspüren

In der östlichen Vorstellung entstand der Mensch aus Klang. Ein mit sich und seiner Umwelt im Ein-Klang lebender Mensch ist demnach in der Lage, sein Leben frei und kreativ zu gestalten.

Erleben Sie die Wirkung, die durch die beruhigenden, harmonisierenden Klänge und Schwingungen entsteht.

Viele Menschen leiden unter den Anforderungen des Alltags und sind für belastenden Stress sehr anfällig. Spannungen bauen sich auf, Verhärtungen, die die körperliche und geistige Beweglichkeit immer mehr einschränken. Hier setzt die Klangmassage als eine äußerst wirksame und tiefgehende Entspannungsmethode an.

Bei einer Klangmassage werden Klangschalen auf dem Körper oder in der Gesundheitsaura platziert, und mit einem Filzschlägel sanft angeschlagen. Ein Wohlgefühl und die Tiefenentspannung stellen sich ein.



Leitung: Andreas Mitterbuchner  
Dipl. Behindertenpädagoge,  
Musikpädagoge,  
Peter Hess-Klangmassagepraktiker,  
Lehrer an der Schule für  
Sozialbetreuungsberufe der  
Diakonie Gallneukirchen,  
Mitarbeiter der  
Peter Hess Akademie Wien

### Inhalt:

- Die Wirkung von Klangschalen
- Grundtechniken der Klangmassage
- Das Einsetzen der richtigen Klänge
- Klangmeditationen



### Mein persönlicher Gewinn:

- Kennen lernen einer Methode, mit der man jederzeit sich selbst, aber auch anderen zu
- Entspannung verhelfen kann
- Durch Hören und Fühlen wieder zur eigenen Wesensmitte zurückkehren
- Innere Ruhe und ein neues Körpergefühl in den Alltag mitnehmen
- Entspannung, Entspannung, Entspannung

### Arbeitsweise:

Vortrag, Selbsterfahrung, Gruppenarbeit.

### Anmerkung:

Mitzubringen ist bequeme Kleidung. Es wird ausreichend Klangmaterial zur kostenlosen Nutzung vorhanden sein, welches man auf Wunsch direkt vor Ort käuflich erwerben kann. Maximal 16 Teilnehmer.

<b>Termine:</b>	<b>13.03.2010 von 9:00 Uhr – 17:00 Uhr</b> <b>04.09.2010 von 9:00 Uhr – 17:00 Uhr</b>
<b>Kursgebühr:</b>	<b>€ 95.-</b>
<b>Aufbauseminar:</b>	<b>02.10.2010 von 9:00 Uhr – 17:00 Uhr</b>
<b>Kursgebühr:</b>	<b>€ 95.-</b>