



Klangvoll in Einklang kommen



Workshop mit Ursula Hottinger
lic.phil

Tauchen Sie ein in eine Welt voller Klänge!

Dabei lassen Sie automatisch Stress und Blockaden los und regenerieren Körper, Geist und Seele.

Ohne Anstrengung finden Sie zu mehr (innerem und äusserem) Gleichgewicht und Gelassenheit und tanken neue Energie.

Sie

- lassen sich ein auf Klänge und werden deren wohltuenden, entspannenden, möglicherweise beglückenden Wirkungen gewahr
- geniessen Klangmeditationen, Klangreisen, eine Klangmassage u.a.
- (nur) wenn Sie mögen experimentieren Sie spielerisch mit einfachen Klanginstrumenten wie Gong, Klangschalen oder der eigenen Stimme
- Sie erfahren, wie Klänge wirken, warum Sie uns berühren und Sie können die Fragen stellen, die Sie schon immer stellen wollten

Voraussetzungen für die Teilnahme

Keine, ausser der Lust sich auf Klänge einzulassen.

Die Workshops finden Freitag und Samstag
statt von 9.00 – 12.00 und 13.00 – 17.00 Uhr.

Es ist sinnvoller, beide Tage eines Workshops
zu besuchen. Auf Wunsch können jedoch
auch einzelne Tage belegt werden.

Daten 2017:

13./14. Oktober

8./9. Dezember

Daten 2018:

16./17. Februar

28./29. April

16./17. Juni

24./25. August

19./20. Oktober

7./8. Dezember

Kosten:

2-Tages-Workshop SFr. 180.--

Paket von drei 2-Tages-Workshops SFr. 440.--

Einzelner Tag eines Workshops SFr. 100.--

Kursort

Gerechtigkeitsgasse 9, 1. Stock, 3011 Bern

Bus Nr. 12 ab Bahnhof bis Rathaus oder Nydegg

Mitnehmen

Bequeme Kleidung

Socken oder weiche Hausschuhe

genügend zu Trinken

ggf. Verpflegung (Restaurants in der Nähe)

Anmeldung und weitere Informationen

ursula.hottinger@bluewin.ch

079 705 10 53

www.klang-atem-stimme.ch

