

Kurstage für Kurs 261301086 (Klang & Stille Stärkende Harmonie für Körper, Geist und Seele)

Eingehüllt in die Magie von Klangschalen entsteht in und um sich selbst ein absichtsloser Raum, der in eine wohltuende Stille hineinführt. Sie genießen diese Oase der Ruhe, Entspannung und des Loslassens. Achtsamkeitsübungen lassen Sie präsent werden und stärken Ihre psychischen und physischen Ressourcen für den Alltag. Begleitet von Klangschalen und Stimme, begeben Sie sich auf eine intuitive Reise durch die Welt der Klänge. Über Tönen und Mantrasingen tauchen Sie ein in neue Bewusstseinsräume von Körper, Geist und Seele. Ohne Singkenntnisse machbar.

Datum	Uhrzeit	Ort
09.05.2026	14:15 - 17:15 Uhr	Offenburg VHS 111 Bewegung