

energetische Heilungsbegleitung
individ. Klanganwendungen
Entspannungsangebote
Bewusstseinsarbeit
Ferienwohnung
Gutscheine
Reiki

>> ZEIT für MICH <<

- ein klangbegleitetes Entspannungsangebot
- für jedermann & -frau -

jeden 1. Donnerstag im Monat
von 19.30 – 21.00 Uhr

→ mit Isa Pfefferle-Walther
Klang- & Entspannungstherapeutin

Einmal monatlich eine abendliche Auszeit nehmen:

- in gemütlicher Atmosphäre
- individuell begleitet mit Körper-Klang-Instrumenten (z.B. Klangschalen, Körpertambura/ Monochord, Stimmgabeln, Klangspiel, Gong, Klangstuhl/ -wiege, ...)
& angeleiteten ENT-spannungsübungen
 - zum Sammeln von Selbsterfahrung von Selbsthilfetechniken zum Abschalten & Loslassen für Körper, Geist und Seele
 - zum Energie auftanken
- Um (in der Gruppe) bei sich selbst anzukommen

**Die Arbeit mit Körper-Klang-Instrumenten
sowie mit verschiedenen Entspannungsmethoden
kann u.a. folgendes bewirken:**

- das allgemeine Wohlbefinden verbessern
 - Muskeln & Nerven entspannen
- die Stärkung von Selbstwahrnehmung, Achtsamkeit & damit von Lebensfreude & Vitalität
 - Harmonisieren & Regenerieren des gesamten Organismus
- das Lösen von Spannungen, Blockaden, Verhärtungen
- eine sanfte Massage & Harmonisierung aller Körperzellen
 - eine positive Beeinflussung von Selbstbewusstsein, Kreativität und Schaffenskraft
- die Aktivierung der körpereigenen Selbstheilungskräfte
 - tiefgehende Stressreduktion & damit
 - ruhiges & konzentriertes Arbeiten steigern

HERZLICH WILLKOMMEN!

Ihr Kostenaufwand für das Gruppenangebot:
90 Minuten für 15 Euro/ Person

wegen begrenzter Platzkapazität:
bitte mit telefon. Anmeldung

(& bitte eigene Decke, Kissen, warme Socken mitbringen!)