

Eine kleine Auszeit-nur für Dich

Entspannungsabende mit Klangschalen



HOP-sozialer Treff im Schächchen Hauptstraße 40a Hohenpeißenberg

Termine: Können auch einzeln wahrgenommen werden!

06.11. / 13.11. / 20.11. / 27.11. / 4.12. 2023

5 x Montags von 18:00 Uhr bis ca 19:00 Uhr und 19:30 Uhr bis ca 20:30 Uhr

Kosten: Auf Spendenbasis

Die Abende orientieren sich an den 5 Wandlungsphasen des TCM

Holz – Feuer – Erde - Metall - Wasser

Wir werden zu Beginn des Abends eine kleine Atem-oder Bewegungsübung durchführen (ähnlich dem Qi-Gong), oder eine Geschichte/Meditation hören. Anschließend dürfen Sie sich bequem hinlegen, den vielfältigen Klängen lauschen und deren Schwingungen spüren, die sich im Raum entfalten.

Bitte mitbringen: Eine weiche Unterlage, ein kleines Kissen und eine Decke , damit Sie für ca 25 Minuten bequem liegen können.

Anmeldung bei Magdalena Winkler: 08860-922203

Nähere Infos: www.tao-touch-kinderklang.de

