

## Kurs- Spezial Entspannung

### Fantasiereise mit Klangschalen: „Winter in den Bergen“



**Am Mittwoch, 27.11.2024 um 17:30 Uhr (55 Min.)**

mit

**Christina Rehbein**

**Klangtherapeutin**



- Soft-Workout zur Aktivierung von Körper, Geist und Seele (ca. 20 Minuten).
- Klangreise: Du liegst auf dem Bauch oder in Rückenlage und erlebst eine Reise in die Welt der Klänge. Die Fantasiereise führt dich in die Berge. Du erlebst die Adventszeit und den Winter in den Bergen. Mit den Frequenzen der Klangschalen entstehen wundervolle Bilder und Stimmungen vor deinem inneren Auge. Die Schwingungen der Klangschalen haben eine beruhigende und harmonisierende Wirkung. Es bildet sich ein „Klangteppich“, der zu einer ganzheitlichen Entspannung einlädt. (30 Minuten).
- Nach der Entspannung wirst du mit sanften Klängen des Koshi Klangspiels wieder von deiner Reise zurückkehren (5 Minuten).

Bequeme Kleidung, evtl. ein kleines Kissen oder Handtuch zur Unterstützung des Nackens und Kuschelsocken sind zu empfehlen.

**Für Mitglieder: 9,90€ Für 10er- Karten-Kunden: 12,90€ Für Externe: 16,90€**

**Die Teilnehmerzahl ist begrenzt (max. 12 Pers.)!**

**LINIAS Gesundheitsstudio, Kurhausstr. 22-24 (Haus des Gastes), 55543 Bad Kreuznach**

**Tel.: 0671-796 793 20**