

# Klangmeditation

## **Beschreibung:**

Geführte Meditationen/Klangreisen zu den Klängen von Klangschalen, Gong und Monochord.

Die Meditationen mit Klang sprechen besonders Menschen an, welche auch im Alltag gerne Musik = Klänge hören.

Diese besondere Art von Klang hilft sich zu entspannen, den Körper zu harmonisieren und den Alltagsstress loszulassen.

Es besteht die Möglichkeit sich anschliessend auszutauschen.

**Zeit:** Einmal im Monat an einem Mittwoch, bitte auch Homepage konsultieren [www.klangpraxis.ch](http://www.klangpraxis.ch) von 9.15 – 10.15 Uhr und/oder von 19.30 – 20.30

**Daten:** 29.03.23; 26.04.; 31.05.; 28.06.; 09.08.; 06.09.; 04.10.;08.11.; 06.12.; 31.01.2024; 28.02.24

**Mitbringen:** Bequeme Kleidung, allenfalls eigenes Meditationskissen oder „Mätteli“

**Kosten:** Fr. 20.- inkl. Tee

**Ort:** Klangpraxis Anita Nyffenegger, Eichholzweg 1, 4524 Günsberg  
Tel. 032 637 34 40, [info@klangpraxis.ch](mailto:info@klangpraxis.ch)

**Anmeldung notwendig** (per Mail oder telefonisch) bis Montagabend

