

HERBST & WINTER 2023/24

Klangmeditationen

ENTSPANNUNG . ZEIT FÜR DICH . CHAKRENHARMONISIERUNG



CHAKRENHARMONISIERUNG

Von Oktober bis April findet 1 x im Monat eine Klangmeditation statt. Dabei widmen wir uns den 7 Hauptchakren - das sind feinstoffliche Energiezentren inner- und außerhalb unseres Körpers.

Auf körperlicher Ebene ist jedes Energiezentrum für bestimmte Körperfunktionen, Körperteile und Organe verantwortlich. Darüber hinaus steht jedes Chakra für verschiedene Aspekte des Lebens. Körperliche Probleme oder wiederkehrende Lebensthemen lassen daher oftmals darauf schließen, welche Chakren aus dem Gleichgewicht geraten sind.

In jeder Klangmeditation steht ein anderes Chakra im Fokus. Dabei erfährst du mehr über das jeweilige Chakra und die verschiedenen Möglichkeiten der Chakrenarbeit. Die Klangmeditationen beinhalten darüber hinaus immer eine geführte Meditation sowie energetische Impulse, welche während einem entspannenden Klangbad deine Selbstheilungskräfte im jeweiligen Chakra aktivieren.

DIE WIRKUNG VON KLANGSCHALEN

Die Klänge der Klangschalen haben eine tiefgreifende Wirkung auf unseren Körper und auf unseren Geist. Bei einem Klangbad können sich die Gehirnwellen, die Atemfrequenz und der Herzschlag verlangsamen und ein Zustand tiefer Entspannung kann dabei entstehen - ein erforderlicher und zugleich wunderbarer Zustand für Neuordnung & Regeneration.

TERMINE IN SEEKIRCHEN

13.10.2023		WURZELCHAKRA Erdung, Stabilität, Vertrauen, Sicherheit, Lebenskraft
10.11.2023		SAKRALCHAKRA Beziehungen, Genuss, Lebensfreude, Flexibilität, Schaffenskraft
01.12.2023		SOLARPLEXUS Selbstwert, Entscheidungsfähigkeit, Unabhängigkeit, Willenskraft
19.01.2023		HERZCHAKRA (Selbst-)Liebe, Achtsamkeit, Versöhnung, Innerer Frieden
16.02.2023		HALSCHAKRA Kommunikation, Authentizität, Kreativität, Offenheit
15.03.2023		STIRNCHAKRA Bewusstsein, Reflexionsfähigkeit, Erkenntnis, Vorstellungskraft
12.04.2023		KRONENCHAKRA Verbundenheit, Einheit, Vollkommenheit, Angekommen-Sein

ORT & ZEIT

Yogaraum beim Seebad Seekirchen, Seestraße 2, 5201 Seekirchen am Wallersee

19:00 - 20:15 Uhr

PREISE

GESAMT-PAKET

Inkludierte Leistungen:

7 Klangmeditationen

+ Zugang zu den dazugehörigen Audios f. 1 Jahr *

* zu jedem Chakra gibt es eine ca. 30-min. Klangmeditation
als Audiodatei

PREIS: € 105,-

KONTAKT

Natalie Wildauer

+43 676 3145951

info@bodymindsoul-wildauer.com

www.bodymindsoul-wildauer.com

EINZELBUCHUNGEN

Du kannst selbstverständlich auch nur an einzelnen Klangmeditationen teilnehmen.

PREIS pro Klangmeditation: € 20,-

ANMELDUNG ERFORDERLICH

für das Gesamt-Paket: spätestens 1 Tag vor
der 1. Klangmeditation

für Einzelbuchungen: spätestens 1 Tag vor
der jeweiligen Klangmeditation

ACHTUNG: begrenzte Teilnehmer-Anzahl!