

SOUND BALANCE in Hersbruck

☀ Summer Time 🏖

Klänge machen glücklich

- Fr 13.6. 19-20 Uhr **Sound Healing „Dolphins“ - Ein Tag am und im Meer** 🐬
Lass Dich ein auf eine ganz besondere Reise. Eingehüllt von harmonischen Klänge im geschützten Raum, wirst Du im Liegen verzaubert und wundersam entspannt genießen. 20-25 €
- Fr 20.6. 20-23 Uhr **Lange Nacht der Meditation - Gongs, Gayatri Mantra & Stille**
Gut vorbereitet in die Sommersonnenwende. Die UrKlänge der Gongs erden und lassen uns die Anbindung ans Universum erahnen. Das Chanten des heiligsten aller Mantras führt uns in den Urgrund zu uns selbst zurück. Wir erinnern uns und spüren dem in Stille nach. Eventuell beenden wir das Ritual mit einer Feuerzeremonie. Spende
- Fr 18.7. 19-20 Uhr **Sound Healing - Klangentspannung „Summer Love“**
Lass Dich ein auf eine ganz besondere Reise. Eingehüllt von harmonischen Klängen im geschützten Raum, wirst Du im Liegen verzaubert und wundersam entspannt genießen. 20-25 €
- So 20.7. 10-12 Uhr **YinYoga mit Handpan - sanfte Klänge begleiten sanfte Asanas**
Bei den eher weichen und länger gehaltenen YinYogaÜbungen unterstützen dich die obertonreichen harmonischen Klänge der HandPan ganz wunderbar. Mit Stefanie Fleischmann und mir.
Ort: Happurg Details bei Anmeldung 30-35 €
- Ab Fr 25.7. 18-19³⁰ Uhr **Achtsamkeitskurs 8x8 - entspannt ins Wochenende**
29.8. 6 x 90 Min. meist am letzten Freitag des Monats plus 2 x 3 STD extra.
26.9. Es geht immer um genau *diesen* Moment - wenn wir im Hier und
31.10. Jetzt leben und nicht im *Wenn und Aber*, dann haben wir eine reelle
28.11. Chance glücklich zu sein mit Allem was ist 😊. Dabei helfen uns
19.12. Achtsamkeit, Meditation in Ruhe und in Bewegung, Entspannung,
Sa 27.9. 15-18 Uhr PMR, Stressmanagement, Klang, Tönen, fühlendes Bewusstsein.
Sa 29.11 Wert: 295 € - **Early Bird Angebot** bis 15.6.: nur 249,- €

Ab Juli Mittwochs 16³⁰ Uhr **KinderYoga** mit Corinna Corinna.Killinger@yahoo.de
Laufender Kurs Mittwochs 18³⁰ Uhr **Kundalini Yoga** mit Sandy SandyW@t-online.de