



SOUNDHEALING

Was ist Soundhealing?

Soundhealing, oder Klangheilung, ist eine alternative Heilmethode, die Klänge und Musik zur Förderung des Wohlbefindens und zur Unterstützung emotionaler sowie körperlicher Heilungsprozesse nutzt. Die Praxis basiert auf der Annahme, dass Klänge Körper und Geist beruhigen und ausgleichen können.

Funktionsweise

- Spezifische Klänge und Frequenzen gleichen disharmonische Schwingungen im Körper aus.
- Jede Zelle hat eine eigene Resonanzfrequenz, die durch harmonische Töne wiederhergestellt werden kann.

Methoden

- Klangschalen: Vibrationen lösen Spannungen.
- Gongbäder: Fördern tief entspannende Zustände.
- Stimmgabeln: Lösen energetische Blockaden.
- Mantras und Gesänge: Beruhigende Wirkung auf den Geist.

Vorteile

- Stressreduktion
- Emotionale Balance
- Verbessertes Schlaf
- Schmerzlinderung

Fazit

Soundhealing kann das körperliche und emotionale Wohlbefinden fördern und ist eine wertvolle Ergänzung zur traditionellen Medizin zur Förderung von Entspannung und Heilung.

GET READY

01

Bequeme Kleidung anziehen ohne Knöpfe oder Reisverschluss.
Bringe am besten noch warme Socken mit.
Wenn möglich verzichte auf Mascara.

02

Bitte denk daran den Fragebogen vor der Session
auszufüllen.

03

Ein paar Momente der Ruhe vor unserer Sitzung, damit
du dich zentrieren kannst.

04

Eintauchen und geniessen!