## C3007D Klangbad

Beginn	Dienstag, 10.02.2026, 18:30 - 20:00 Uhr	
Kursgebühr	18,00 €	
Dauer	1 Termin	
Kursleitung	Susi Schöne	
Kursort	UF, vhs, V0.16, Meditationsraum, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring	

Ein Klangbad ist eine besondere Form der Meditation, bei der Sie keine Vorkenntnisse benötigen. Durch die besonderen Schwingungen, Frequenzen und Melodien der Instrumente (verschiedene Handpans, Klangspiele, Chimes u.a.) können Sie in einen Entspannungszustand geführt werden. Körper, Seele und Geist wieder zu innerer Harmonie gelangen zu lassen, Spannungen und Stress abzubauen, zur Ruhe zu kommen, loszulassen, aufzuladen, abzuschalten, Kraft zu tanken ist dabei das Ziel. Bitte mitbringen: ein kleines Kissen, eine Decke und ggf. eine eigene Matte.

## **Termine**

Datum	Uhrzeit	Ort
10.02.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16

zur Kursdetail-Seite