

D3007D Klangbad

Beginn	Donnerstag, 05.03.2026, 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
05.03.2026	18:30 - 20:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Meditationsraum, V0.16

[zur Kursdetail-Seite](#)