

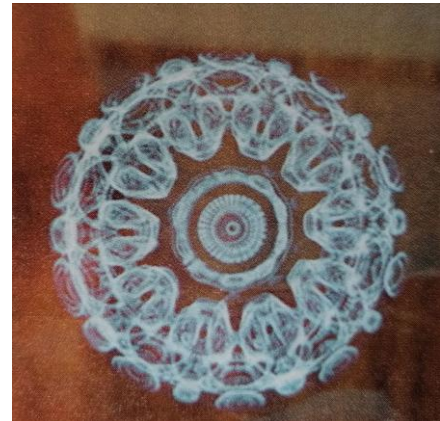
Einladung zum Workshop

„Find Your Voice“

Wann?	4. bis 6. August 2023
Wo?	„Das Mariahaus“, Ofenbach 63, A-2832 Thernberg/NÖ
Zeiten:	Freitag, 04.08.2023, 14.00 - 18.00 Uhr Samstag, 05.08.2023, 09.00 - 12.00 Uhr, 14.00 - 18.00 Uhr Sonntag, 06.08.2023, 09.00 - 12.00 Uhr
Kursgebühr:	€ 390,00, bei Bedarf zzgl. Unterkunft/Verpflegung
Kursleiterin	Brigitte Weninger, Psychotherapeutin (HPG) Stimm- und Laut-Therapeutin Coach für persönliches Wachstum

Deine Stimme als Tor zur Seele

Singen ist seit jeher Ausdruck von ursprünglicher Lebensenergie und Lebensfreude. Egal ob du glaubst, singen zu können, oder nicht, jeder stimmliche Ausdruck wirkt heilend auf allen Ebenen. Bereits nach wenigen Minuten "Tönen" fühlen wir uns belebt und beschwingt und spüren vielleicht das erste Mal nach langer Zeit wieder unsere enorme Kraft in uns. Glückshormone werden frei gesetzt. Der gesamte Stoffwechsel wird aktiviert. Die Tonschwingungen wirken sich ordnend und strukturierend bis auf Zellebene aus. Wunderschön symmetrisch angeordnete Ton-Schwingungsbilder wie dieses (Ton C) belegen das eindrucksvoll.



Kaum ein anderes Instrument, als die eigene Stimme, wirkt direkter und intensiver, um den gesamten Menschen von innen heraus zu stärken, zu vitalisieren und festgefahrene Strukturen auf allen Ebenen ins Fließen zu bringen.

Es gibt bestimmte Laute, die mit den unterschiedlichen Körperregionen und deren Energiezentren, auch Chakren genannt, korrespondieren. Durch spezifisches "Tönen" können wir die entsprechenden Organe in sanfte Vibration versetzen. Dadurch kommen auch die dazu gehörenden "Lebensthemen" in Bewegung.

Denn deine Stimme ist so einzigartig wie dein Fingerabdruck. Sie kann dich zu deinem innersten Wesenskern führen - und zugleich über deine Grenzen hinaus.

Was erwartet dich an diesem Wochenende?

Freies Improvisieren, Tönen, Mantras singen, Circle-Songs kreieren, Atemtechnik, meditative Innenschau und Vieles mehr stehen auf dem Programm, um deiner Lebensfreude, Kreativität und Individualität Ausdruck zu verleihen. Vielleicht findest du auch deinen ganz persönlichen Grundton, oder sogar eine Melodie, die aus der Tiefe deiner Seele entspringt.

Mögliche (erwünschte) Nebenwirkungen ☺:

Innere Gelassenheit, neue Kraft und Vitalität, Stärkung des Immunsystems, verbessertes Selbstgefühl, Abbau von Ängsten, Spannungen und/oder Depressionen, eine klangvolle, präsente(re) Sprech-/Gesangsstimme.

Ich würde mich freuen, dich in meiner ursprünglichen Heimat Niederösterreich unter diesen besonderen Vorzeichen begrüßen zu dürfen. Es gibt vor Ort auch die Möglichkeit, die idyllische Umgebung der „Buckligen Welt“ zu erkunden. Und vielleicht möchtest du ja dieses Wochenende in einen Kurzurlaub, eventuell mit Partner/in, integrieren.

Herzliche Grüße,

Brigitte Weninger

Anmeldung: Bitte bis **19.06.2023** per eMail an Brigitte-Weninger@gmx.at, bei gleichzeitiger Überweisung der Kursgebühr von € 390,00 auf folgendes Konto:

Brigitte Weninger
Verwendungszweck: Stimm-Workshop
IBAN: AT06 3219 5000 0003 4017
Raiffeisenbank Region Wiener Alpen
BIC: RLNWATWWASP

Unterkunft/Verpflegung ggfs. bitte direkt im "Mariahaus" buchen.
Die Kosten dafür begleichst du dann vor Ort.

„Das Mariahaus“, Ofenbach 63, A-2832 Thernberg/NÖ
www.seminare-mariahaus.at
m.heilingsetzer@aon.at
Martina Heilingsetzer mobil: 0043 680 3110 814

Eine Abholung vom Bahnhof Scheiblingkirchen-Warth kann bei Bedarf organisiert werden. Bitte informiere mich bei der Anmeldung, ob du das in Anspruch nehmen willst.

