

VORTRAG

Die Peter Hess® - Klangmassage- Stress abbauen und die Gesundheit stärken!

Harmonie des Menschen mit sich selbst und seiner Umwelt ist vielfältig bedroht durch täglichen Stress in allen Lebensbereichen. Das ist häufig die Ursache für Krankheiten. Hier setzt die Peter Hess®-Klangmassage als eine sehr wirksame Entspannungsmethode an: In der Klang-Entspannung lösen sich die im Alltagsstress angesammelten körperlichen Verspannungen und die kreisenden Gedanken kommen zur Ruhe. Eine Besonderheit der Klangmassage liegt darin, dass gleichzeitig das Hören und das Fühlen angesprochen werden. Sie lösen so sanft muskuläre Verspannungen und regen die Durchblutung sowie den Lymphfluss an. Im Zuge der einsetzenden Entspannung werden Atmung, Herzschlag, Puls, Hautwiderstand, Blutdruck, Stoffwechsel und Verdauungssystem beeinflusst – Regeneration auf allen Ebenen kann geschehen. Sie bekommen an diesem Abend diese wirksame Entspannungsmethode vorgestellt. Im Anschluss haben Sie die Gelegenheit Ihre ersten eigenen praktischen Erfahrungen mit Klangschalen zu sammeln. Ausprobieren erlaubt.

Referentin

Heike Thiede, zertifizierte Peter Hess®-
Klangmassagepraktikerin

22.10.2018

19:30- 21:00

Gesundheitszentrum Büsum
Westerstraße 30, 1. OG
25761 Büsum

Die Teilnahme ist kostenfrei

Um Anmeldung wird gebeten:

www.aerztezentrum-buesum.de

oder per Fax 04834 / 965 870 19