

Tantra des Klanges

Kehlen- und Zungen-Yoga für Pärchen und Selbständige

Die Stimme als tantrisch-yogisches Spielzeug für eine glücklich gesunde Beziehung nach innen und nach außen



Die „nefesch“ (= hebräisches Wort für Kehle und Seele in Einem, welches später ins Griechische mit Psyche und ins Lateinische mit Anima übersetzt wurde) – Die Nefesch ist ein relativ unbewusstes, höchstkomplexes Multifunktionsventil mitten zwischen Herz und Hirn, mit dem wir jeglichen Eindruck zum Ausdruck bringen und welches viel zentraler zu unserer Lebenserhaltung, -genese und -verschönerung beiträgt, als wir es erahnen.

Die eigene Stimme vermag es uns selbst, wie unsere Partner, zu spüren, zu hören, zu berühren, zu erkennen, zu verstehen und auf verschiedene Arten zu stimulieren. Ein bewussterer Umgang damit ermöglicht eine höhere Selbstwahrnehmung und Empathie, beruhigt, harmonisiert und aktiviert, fördert Verbundenheit und Kommunikationslust, sowie Selbst- und Sozialkompetenz und eröffnet ein nährendes Spielfeld jenseits von bzw. zwischen Sex und Streit.

Zutaten in diesem lustvollen, meditativen, verspielten und informativen Seminar für Einzelne und Pärchen sind Aspekte aus Yoga, Tantra, Chi-Gong, Tai-Chi, Klang- und Akupressur-Massage, sowie Obertongesang, Jodeln und Gesangimprovisation...

(Vorkenntnisse nicht erforderlich)

9 Termine:

Oktober – Anfang Dezember

Was versäumt? Kein Problem ⇒ Gutschein

jeden Montag, Dienstag oder Donnerstag jeweils 18 – 20h

1. Treffpunkt:

wo wir alle weiteren Termine fixieren

Montag 2.10. 17:45 @ Atelier-Praxis Doris Deixler

Castellezg. 9/1 (1020 Wien; www.DorisDeixler.at)

Investition:

135€ / 216€ für Pärchen (-10%, überwiesen vorm 24.9.)

18€ / 21€ / 24€ Einzeltermine ... (1x Schnuppern gratis)

Alle Vergünstigungsmöglichkeiten bis zu -100% sowie Stornoklauseln etc. stehen unter den AGBs online.

laurentius.rainer@yahoo.at

0 (043) 699 / 8199 22 60

www.laurentius-rainer.at

Laurentius RAINER

AT32 12000 009171 09183

BKAUATWW

Jodeln & Dudeln

NATUR-SINGKREIS (1190 Wien)



...die schönste Art sich gegenseitig anzuschreien, facettenreicher Ausdruck der Lebendigkeit, wiedererwachende Musikkultur beglückenden Miteinanders, sowie Urgesang zahlreicher Kulturen unserer Erde ...

(und deshalb naturgemäß Generationen-, Leistungsgruppen- & Herkunfts-integrativ)

Die Weingärten und Wälder am Fuße des Leopoldsbergs eröffnen Blicke über Wien, unsere Hausberge und die Donau – eine Idylle, die zum wöchentlichen Flanieren und Singen einlädt. Vor etwaiger Unbill des Wetters schützen uns die feinsten Heurigen der Gegend und unser einmalig gelegener Panoramawintergarten, wo wir ungetrübt um den Tisch versammelt dem freudvollen und heilsamen Genuss des gemeinsamen Singens weiter nachgehen.

Gemeinsam singen wir 1- bis 3-stimmig, alpenländische Lieder, Jodler & Wiener Dudler und aktivieren Körper & Stimme, um diese ausdrucksstarke Kunst spielerisch zu erlernen.

(Vorkenntnisse nicht erforderlich)

9 Termine: 6. Oktober – 8. Dezember
jeden Freitag 17 – 19h

Was versäumt?
Kein Problem ⇒ Gutschein

1. Treffpunkt: Busstation bzw. Parkplatz Kahlenbergerdorf (1190 Wien)
(danach per SMS) (Öffentlich von Heiligenstadt mit dem Bus 239
um 16:30 Richtung Marie Gugging Lourdesgrotte)

Investition: 180€ (-10%, überwiesen vorm 24.9.)
inklusive 1 Einzelgesangstunde nach Vereinbarung
21 / 24€ Einzeltermine ... (1x Schnuppern gratis)

Alle Vergünstigungsmöglichkeiten bis zu -100% sowie Stornoklauseln etc. stehen unter den AGBs online.