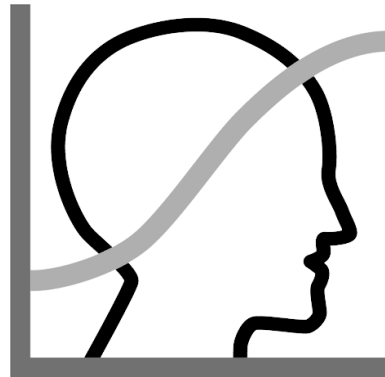


Entspannung durch Klang im pbz

*Der Ton der Klang-
schale berührt unser
Innerstes, er bringt
die Seele zum
Schwingen.
Der Klang löst Span-
nungen, mobilisiert
die Selbstheilungs-
kräfte und setzt
schöpferische Ener-
gien frei.*



Psychologisches Beratungszentrum
pbz
U. Schlünder, Th. Graumann, U. Graumann
& Partner
Diplom-Psychologen u. Psychotherapeuten
Am Zeughaus 1
58644 Iserlohn
02371/27339
pbz@pbz.de



für

**Kinder,
Jugendliche und
Erwachsene**

Dem Einsatz von Klangschalen liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zugrunde, die schon vor über 5000 Jahren in der indischen Heilkunst Anwendung fanden. Nur der mit sich und seiner Umwelt im Ein-Klang lebende Mensch ist demnach in der Lage, sein Leben frei und kreativ zu gestalten.

Klangentspannung wurde in jahrelanger Forschung und Praxis entwickelt und angepasst an die Bedürfnisse der Menschen im Westen. Während einer Klangentspannung entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit. Stress, Ängste, Sorgen, Zweifel und alle Gefühle, die sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken, können losgelassen werden. Wir nehmen unseren Körper und unsere Bedürfnisse wieder bewusst wahr. Die oft kreisenden Gedanken kommen zur Ruhe und unsere Seele erfährt Raum zur Entfaltung.

Nach einem kurzen Gespräch wird die Klangentspannung mit Klangschalen behutsam begonnen. Die Klangentspannung wird in bekleidetem Zustand genossen. Anschließend findet ein kurzes Abschlussgespräch statt.

Entspannung durch Klang kann hilfreich sein bei:

- Stress
- Schlafstörungen
- Nervosität
- Innerer Unruhe und Anspannung
- Muskelverspannungen
- Konzentrationsstörungen
- Mangelnder Leistungsfähigkeit
- Körperwahrnehmungsstörungen
- Schmerzempfindlichkeit

Kosten: pro Termin € 59,00 in bar zu bezahlen

**Dauer: ca. 50 - 60 Minuten
incl. Vor- und Nachbesprechung**

**Leitung d. Abteilung Entspannung:
Dipl.-Psych. Ulla Graumann**

**Durchführung:
Entspannungs- und Klangpädagogin
Stefanie Schmiedler**

Terminvereinbarung u. Information:

Tel.-Nr.: 02371/27339

Mo. - Do. 9.00 h - 11.00 h

Mo. - Do. 14.00 h - 16.00 h

**Sie erhalten bei uns
Geschenkgutscheine
für Entspannungskurse und
Klangentspannung.**

***Entspannung durch Klang kann und
will keine (Psycho-)therapie ersetzen!***