

# Workshop: Entspannen mit Klangschalen

**Voraussetzungen: keine**

Dieser Workshop ist eine beliebte Möglichkeit, sich selbst etwas Gutes zu tun und gleichzeitig die Welt der Klangschalen und die Klangmassage kennenzulernen.

Sie können spielerisch erste Erfahrungen mit Klangschalen sammeln und erhalten Einblicke in die Wirkungsweise der Klänge. Sie erlernen konkrete Klangübungen für den Alltag und führen in einer Zweierübung unter Anleitung eine Klangentspannung für den Rücken durch.

Für diese Kurse melden Sie sich bitte direkt bei mir an unter:

Praxis für Klangmassage  
Angelika Meisner  
Tel. 04792-1854  
[kontakt@ameisklang.de](mailto:kontakt@ameisklang.de)

Die 4 –stündigen Workshops finden in meiner Praxis in Worpswede statt. Kosten € 53,00

## Termine

**Mittwoch, 18.03.2020** [Angelika Meisner Worpswede](#)

**Mittwoch, 08.07.2020** [Angelika Meisner Worpswede](#)

Weitere Termine für Gruppen auf Anfrage.

# Klangmassage I

**Ein klangvolles Wohlfühl-Wochenende, auch um sich selbst etwas Gutes zu tun.**

Das (wieder) Wahrnehmen des eigenen Körpers, die (neu) entstehende Achtsamkeit sich selber gegenüber ist ein Geschenk an sich selbst! Zu spüren, wie vielleicht nach langer Zeit der Körper aufatmet, Sie den Atem wieder als Fluss wahrnehmen, der Ihre Lebensenergie transportiert, ist ein tiefes Erlebnis. Damit dient dieses Seminar auch Ihrer Erholung und trägt zur Stärkung Ihrer Gesundheit bei. So ist dieses Seminar in erster Linie dem Kennenlernen und Erfahren der Methode gewidmet und gibt konkrete Anregungen, wie Sie die Klangschalen und die Klangmassage für sich selbst, ihre Familie und Freunde nutzen können.

**Ziel** ist die Vermittlung der *Peter Hess*-Klangmassage als ganzheitliche Methode. In verschiedenen Übungen erfahren Sie die Wirkung der Klänge. Sie erhalten und geben eine einführende Klangmassage für:

- den Rücken
- die Füße
- die Hände
- den ganzen Körper

Diese können Sie nach dem Seminar mit einem Übungsklienten zu Hause sicher anwenden. So erfahren Sie die Basis-Klangmassage selbst, bekommen erste Anleitungen für ihre Anwendung und geben selbstständig eine Klangmassage.

Das Seminar umfasst **16 Stunden**.

**Inhalte** sind:

- Entstehungsgeschichte der Klangmassage
- Wirkung der Klänge der Klangschalen auf den Körper erfahren
- Bericht der Seminarleiterin/des Seminarleiters über eigene Erfahrungen mit Klang und Klangmassage
- Unterschiedliche Charakteristika von Klangschalen mit den entsprechenden Schlägeln für die Basis-Klangmassage kennen lernen (3er Satz), Einsatz der unterschiedlichen Schlägel
- Demonstration der Basis-Klangmassage
- Angeleitete Durchführung der Basis-Klangmassage in Zweiergruppen
- Selbständige Durchführung der Basis-Klangmassage
- Erfahrungsaustausch
- Klangmeditationen zur Entspannung und Integration des Gelernten
- Anwendungsmöglichkeiten, Grenzen und Kontraindikationen

**Kursgebühr:** Euro **220,-** (ohne Unterkunft und Verpflegung), **Skriptkosten** Euro **15,-**

# Termine Klangmassage I

07.09.2019 – 08.09.2019 [Klangmassage I, Angelika Meisner Worpswede](#)

02.11.2019 – 03.11.2019 [Klangmassage I, Angelika Meisner Hamburg Barmbeck](#)

01.02.2020 – 02.02.2020 [Klangmassage I, Angelika Meisner Worpswede](#)

29.02.2020 – 01.03.2020 [Klangmassage I, Angelika Meisner Hamburg Barmbeck](#)

09.05.2020 – 10.05.2020 [Klangmassage I, Angelika Meisner Hamburg Bahrenfeld](#)

16.05.2020 – 17.05.2020 [Klangmassage I, Angelika Meisner Worpswede](#)

15.08.2020 – 16.08.2020 [Klangmassage I, Angelika Meisner Hamburg Barmbeck](#)

12.09.2020 – 13.09.2020 [Klangmassage I, Angelika Meisner Worpswede](#)

14.11.2020 – 15.11.2020 [Klangmassage I, Angelika Meisner Hamburg Bahrenfeld](#)



# Klangmassage II

**Ziel** dieses Seminars ist es, die Möglichkeiten der Basis-Klangmassage zu erweitern, neue Klangelemente kennenzulernen und so die Klangmassage vielfältiger gestalten, erleben und achtsam einsetzen zu können. Die Klangmassage in den feinstofflichen Bereich zu erweitern, d.h. die nicht-materielle Umgebung einzubeziehen, die Wahrnehmung zu verfeinern sowie die Achtsamkeit und Wertschätzung für dieses Thema zu betonen und zu fördern, ist uns wichtig. Zentraler Aspekt in diesem Zusammenhang ist auch die „Kraft des Bewusstseins“, die mentale Fokussierung und innere Haltung (innere Bilder), die dem Handeln als Peter Hess-Klangmassagepraktiker und der Ganzheitlichkeit der Methode zugrunde liegt.

Mit Klängen von Klangschalen und dem Fen-Gong wird diese Thematik erfahrbar. Es werden Möglichkeiten erlernt, mittels dieser Instrumente Zugang zur nicht-stofflichen Ebene zu bekommen und ausgleichende Techniken zur Stärkung der Gesundheit im ganzheitlichen Sinne (wie Außen, so Innen und umgekehrt) anzubieten. Die Seminarinhalte erweitern die Resonanzfähigkeit und ermöglichen intuitives Handeln, das auf eigenem intensivem Erleben in Einzel- und Gruppensituationen sowie auf sachlich-fachlich fundierter Ebene basiert.

Die neuen Aspekte und die vermittelte Haltung tragen dazu bei, dass ein wertungsfreier Rahmen entstehen kann, in dem Entwicklung auf allen Ebenen möglich wird. Sie bilden damit eine ideale Grundlage für jede zwischenmenschliche Zusammenarbeit, die im Rahmen dieses Seminars erprobt und geübt werden kann.

Das Seminar umfasst **16 Stunden**.

**Inhalte** sind:

- Vorstellungen über den feinstofflichen Bereich und Bedeutung für die Klangarbeit
- Wahrnehmung des eigenen Körperumfeldes Wahrnehmung von Gruppenenergie durch gemeinsamen Klang
- Wahrnehmung des feinstofflichen Bereichs mit Klangschalen und Gongs
- Gezielter Einsatz von Klangschalen im feinstofflichen Bereich
- Einfügen der neuen Elemente in die Basis-Klangmassage
- Erweiterte Klangmassage mit der Zen-Schale und dem Fen-Gong
- Angeleitetes und selbstständiges Üben der neuen Elemente
- Entwicklung einer dialogischen, Resonanz bereiten, wertungsfreien Haltung dem Klienten und sich selbst gegenüber
- Klangmeditationen zur Entspannung und Integration des Gelernten
- Erfahrungsaustausch und Reflexion

**Kursgebühr:** Euro **220,-** (ohne Unterkunft und Verpflegung), **Skriptkosten** Euro **15,-**

## Termine Klangmassage II:

21.03.2020 – 22.03.2020 [Klangmassage II, Angelika Meisner Hamburg Barmbeck](#)

27.06.2020 – 28.06.2020 [Klangmassage II, Angelika Meisner Hamburg Bahrenfeld](#)

11.07.2020 – 12.07.2020 [Klangmassage II, Angelika Meisner Worpswede](#)



# Klangmassage III-IV

In schöner und entspannter Atmosphäre mehrere Tage im Klangraum zu sein, ist in diesem Seminar möglich. So lernen Sie nicht nur Neues, sondern erholen sich auch und tanken Kraft für Ihren Alltag. Die Ausbildung wird umrahmt von Klangmeditationen, die zum Einklang von Körper, Geist und Seele beitragen und die Integration des Erlernten ermöglichen. So gestaltet sich das Lernen der Methode leicht.

**Ziel** ist die Befähigung der Teilnehmer zur sicheren, zielgerichteten und klientenorientierten Anwendung der Klangmassage zur Entspannung und Gesundheitsprävention.

Die jeweiligen Bedürfnisse und Probleme der Klienten finden dabei Berücksichtigung in einer individuell gestalteten Klangmassage. Neue Klangelemente werden erlernt, in die Basis-Klangmassage integriert und ihre Wirkung auf Körper, Auren und Chakren im ganzheitlichen Sinne erfahren.

Außerdem wird die Anwendung der Klangmassage zur Entspannung unter Berücksichtigung bestimmter Krankheitsbilder erörtert.

**Inhalte** sind:

- Vorstellungen über Körperenergie und ihre Bedeutung für die Klangarbeit
- Neue Klangmethoden zum Energieausgleich
- Neue Klangmethoden zum Lockern und Lösen von neuromuskulären Blockaden
- Neue Klangmethoden zur Harmonisierung
- Techniken zur Fokusveränderung: weg vom Problembereich hin zum Gesunden
- Einüben und Selbsterfahrung der neuen Klangelemente
- Vorstellung und Anwendung der Klangmassage-Begleitkarte
- Gestalten und Einüben gezielter und individueller Anwendung der Klangmassage
- Die Klangmassage als ganzheitliche Methode erfahren und deutlich machen – gleichzeitige und ganzheitliche Gesundheitsförderung von Körper, Geist und Seele (materielle, geistige und feinstoffliche Ebene)
- „Kosmisches“ Klangbad, ganzheitliche erfahrbare Klangmeditation: mit Klang durch den Körper zur Stabilisierung und Harmonisierung der Gesundheit zur Stärkung des Urvertrauens
- In einer Klangreise werden individuelle Visionen entwickelt, mit welchem Klientel und in welchem Rahmen die Klangmassage angeboten werden soll
- Klangmassage zur Entspannung unter Berücksichtigung von Krankheitsbildern
- Grenzen der Anwendung der Klangmassage
- Erfahrungsaustausch und Reflexion

Das Seminar Klangmassage III+IV umfasst **32 Stunden**

Das Abschlussseminar umfasst **20 Stunden**.

**Kursgebühr:** Euro **440,-** für den Abschnitt Klangmassage III+IV

Abschlussseminar: Euro **310,-** (ohne Unterkunft und Verpflegung) **Skriptkosten** Euro **15,-**

# Termine Klangmassage III-IV

Termine finden im Tagungs- und Seminarzentrum Der Sunderhof ([www.dersunderhof.de](http://www.dersunderhof.de)) statt.

**29.11.2019 – 01.12.2019** [Abschlussseminar \(III-IV\), Angelika Meisner Hamburg Seevetal](#)

**26.08.2020 – 30.08.2020** [Klangmassage III-IV, Angelika Meisner Hamburg Seevetal](#)

**04.12.2020 – 06.12.2020** [Abschlussseminar \(III-IV\), Angelika Meisner Hamburg Seevetal](#)

Weiterbildung

**16.11.2019 – 17.11.2019** [Der Einsatz von Klangschalen bei Menschen mit Demenz I \(Angelika Meisner\) Hamburg Barmbeck](#)

**14.02.2020 – 16.02.2020** [Klang in der Sterbebegleitung \(Angelika Meisner\) Tagungshaus Bredbeck Bremen/Osterholz-Scharmbeck](#)

**05.06.2020 – 07.06.2020** [Der Einsatz von Klangschalen bei Menschen mit Demenz I Angelika Meisner Tagungshaus Bredbeck Bremen/Osterholz-Scharmbeck](#)

**25.09.2020 – 27.09.2020** [Klang in der Sterbebegleitung \(Angelika Meisner\) Tagungshaus Bredbeck Bremen/Osterholz-Scharmbeck](#)

[Kursbeschreibung und Preise für die Weiterbildungen siehe www.peter-hess-institut.de](http://www.peter-hess-institut.de)