



Klangmassage im Sunnehus

bei Interesse melden Sie sich bitte an der Réception

Kurzurlaub für Körper, Seele und Geist

Die Klangmassage mit Peter Hess®-Therapie Klangschalen kann nach unterschiedlichen Bedürfnissen gestaltet werden. Sie dauert inklusive kurzem Vor- und Nachgespräch etwa 60 Minuten und ist für jedes Alter geeignet. Die Klangschalen werden sowohl auf als auch um den bekleideten Körper positioniert und mit einem Filzschlägel sanft zum Klingen gebracht. Die harmonischen, obertonreichen Klänge der verschiedenen Schalen ermöglichen Tiefenentspannung und können die Regeneration anregen.

Die feinen Vibrationen der Schalen bringen die Körperflüssigkeit zum Schwingen und breiten sich im Körper aus, vergleichbar mit den konzentrischen Wellen, die entstehen, wenn ein Stein ins Wasser fällt. Muskuläre Verspannungen werden sanft gelöst, die Faszien gelockert, Durchblutung und Lymphfluss angeregt. Die tiefe Entspannung beeinflusst Atmung, Herz-Kreislaufsystem, Stoffwechsel und Verdauungssystem positiv. Körper- und Selbstwahrnehmung werden gestärkt und ein Gefühl von wohliger Geborgenheit entsteht. Nichts denken, einfach loslassen, entspannen und geniessen.

Brigitta Mura: zertifizierte Peter Hess®-Klangmassagepraktikerin,
Mitglied des Internationalen Fachverbands, Klang-Massage-Therapie e.V.