 **Singsonntage in drei Teilen: neu in Dornach**

 Nahe dem Speisehaus, in der ehemaligen Malschule,
 Dorneckstrasse, Dornach

1.Teil: 60 Minuten:
UEbungen, Schulung der Schule der Stimmenthüllung nach Frau Werbeck-Svärdström

Gemeinsames Ueben für Menschen die bereits auf dem Weg sind und auch für Menschen, welche sich neu für den spirituellen,meditativen, ganzheitlichen Weg mit den Tönen, Tonwesen, Intervallen, der Schulung des Hörens/Lauschens auf die aetherischen Räume der Töne.

2.Teil: Saisonale Lieder, Kanons, dieses Jahr mit Schwerpunkt:

 Lob der Schöpfung unter anderem mit Liedern von Jürgen Schriefers Sonnengesang

3.Teil: Therapeutische Uebungen:

**Eine hochwirksame Therapie die im Moment des Tuns wirkt und bei treuem /regelmässigem Praktizieren tiefgreifende heilsame Effekte auf alle Wesensglieder haben kann!**zur Salutogenese (Gesundheitsaufrechterhaltung/Gesundheitsförderung) und auch zu gezielten Wunschthemen (auf Wunsch, nach Ankündigung)

Die drei Teile können auch einzeln besucht werden (Teil 1 und 2 sind aber als Kombination sinnvoll/sachgemäss): Preise: 20.-/h /Person und kleiner (freier) Beitrag an die Raummiete.

NUR NACH ANMELDUNG! Anmeldung bitte jeweils spätestens 1 Woche vor Durchführung (damit ich entscheiden kann ob es stattfindet)!

(für ein gewaltfreies Arbeiten brauche ich eure Geburtsdaten zur Bestimmung der physiologischen Atemkonstitution-welche Frau Werbeck auch berücksichtigte in ihrer Arbeit- ausser ihr wisst bereits wie eure Physiologie funktioniert)

Telefonisch: Regula Berger 033 438 11 13/ 079 232 46 02) oder per Email: r.berger@kalliope.ch

 **Sonntag: 5.5.24: 11-14h / Sonntag 2.6.24 11-14h**
**auch neue Interessierte Menschen sind herzlich willkommen.**
**Anmeldung nötig** ! Bitte Durchführung erfragen .033 438 11 13 / 079 232 46 02
Singen öffnet Seele und Geist und bringt den Körper ins gesunde Schwin-
gen und können zur Salutogenese angewendet werden (Gesundheitsförde-
rung/ Erhaltung).
Erwiesenermassen fördert Singen körperliche, seelische Gesundheit
und Sozialkompetenz:
Jeder Mensch kann klingen und singen, jeder Mensch ist aus
musikalischen und kosmischen Kräften geboren und kann sich dadurch
an heilende ordnende und belebende Kräfte anknüpfen.
Die Schule der Stimmenthüllung ist ein spiritueller Weg auf der Grundlage
der Einsichten Rudolf Steiner‘s Anthroposophie:die Übungen aus der Schule der Stimmenthüllung nach Fr. Werbeck-Svärdström wirken bei richtigem und regelmässigem Üben tief transformierend auf den Astralleib (Umbildung zum Manas) und auf die Wesensglieder (bis ins Physische).
Die natürliche Atemkonstitution ist Grundlage für einen gewaltfreien Um-
gang mit Körper, Atem und Stimme (Einatmer / Ausatmerkonstitution
nach Dr.Charlotte Hagena/ Erich Wilk /Brigitta Seidler-Winkler).
Kosten Gruppentarif: bar zu bezahlen vor Ort : SFr 60.- für 3 Stunden/40.- für 2 Stunden/
20.-für 1 Stunde und Anteil an die Raummiete (CHF 5- bis  10.-)
AKTUELLE INFORMATIONEN zu Singwochen/Wochenenden: www.kalliope.ch