Kraftquelle Klang

Die Klangschale als wertvoller Lebensbegleiter

Entspannung, Gesundheit und Lebensfreude mit Klängen stärken

Praxistipps und Informationen
Workshops und Seminare 2017

PETER HESS®
INSTITUT

Impressum

Kraftquelle Klang/2017 · Peter Hess® Institut (PHI)

Ortheide 29 · D-27305 Bruchhausen-Vilsen

Telefon: +49 (0) 4252-9389114 · Fax: -9389145

E-Mail: info@peter-hess.institut.de · www.peter-hess-institut.de

Herausgeber und verantwortlich i.S.d.P.: Peter Hess, Bruchhausen-Vilsen

Redaktion: Dr. Christina Koller und Ulrich Krause

Grafik und Layout: Sandra Lorenz

Bildnachweise: © Archiv Peter Hess® Institut, Anna Avramidou, Stefan Mikolon, Rosemarie Bleil, „Foto und Bilderwerk Oldenburg", Sandra Lorenz, Tina Buch, Sebastian Buch, Andreas Kreutzfeldt, Roland Rocke (aus der DVD: Peter Hess®-Klangmethoden als komplementäre Methode in der therapeutischen Praxis)

Lektorat: Ulrich Krause

Für den Inhalt der Werbung übernehmen wir keine Verantwortung.

Liebe Klanginteressierte!

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen Praxisanregungen und wertvolle Informationen an die Hand geben, wie Klangschalen auch für Sie zu einer Kraftquelle werden und Sie damit Ihre Entspannung, Gesundheit und Lebensfreude stärken können.

„Der Ton der Klangschale berührt
unser Innerstes
er bringt die Seele zum Schwingen"

Peter Hess

Vielleicht sind Sie den bronzenen Schalen schon mal bei einem Konzert, einer Klangmeditation, einer Fantasiereise oder in Ihrer Lieblingssauna begegnet. Vielleicht haben Sie diese besonderen Instrumente auch bei einer Klangmassage oder einem sogenannten Klangbad erlebt und dabei gespürt, wie wohltuend die harmonischen Klänge und sanften Klangschwingungen auf Körper, Geist und Seele wirken.

Wenn Sie diese Erfahrungen noch nicht gemacht haben oder Ihre Erfahrungen vertiefen möchten, dann finden Sie auf den nachfolgenden Seiten zahlreiche Anregungen. Sei es, dass Sie kleine Klangübungen in Ihren Alltag integrieren möchten, sich bei einem Workshop oder Seminar eine „Auszeit vom Alltag" gönnen wollen oder selbst die Peter Hess®-Klangmassage bzw. -Klangmethoden erlernen möchten. Wir vom Peter Hess® Institut (PHI) bieten Ihnen mit unserer mehr als 30-jährigen Erfahrung als Profis in Sachen Klang vielfältige Möglichkeiten – viele davon auch ganz in Ihrer Nähe!

Wir wünschen Ihnen beim Lesen dieser Broschüre klangvolle Inspirationen und würden uns sehr freuen, Sie bei einer unserer mehr als 400 Veranstaltungen in ganz Deutschland begrüßen zu dürfen!

Ihr Peter Hess und Team

Ein kleiner Überblick

Klang als Kraftquelle erleben – ganz in Ihrer Nähe! 6

Wertvolle Klangübungen für jeden Tag – Zeit für mich! 7
Meinen Alltag entspannter und lebendiger gestalten 8
Die richtige Klangschale für mich und meine Zwecke 9
Mein Wohlfühlplatz 10
Klangübungen 11

Balance, Entspannung und Lebensfreude durch Klang 17
Workshop: Entspannen mit Klangschalen 18
Seminar: Gesundheitsprävention für Körper, Geist und Seele mit Klangschalen 22
Peter Hess®-Klangmassage – Ein Weg zu Ihrer Lebensfreude 24
Europäischer Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V. 27
Seminar: Klangmassage I - Die eigene Mitte stärken 28
Klangmassage bei den Profis lernen! – Das Peter Hess® Institut (PHI) 34
Seminarwoche: Klangmassage-Intensivausbildung 36
Klang-Seminare – Ein Geschenk an sich selbst! 38
Fantasiereisen und Klang - eine perfekte Kombination 40
Klingender September 41
Seminar: Fantasiereisen I. KLANGräume gestalten - Geschichten, Meditationen und Gedichte wirkungsvoll umrahmen 42
Yoga und Klang verschmelzen beim Emily Hess®-Klangyoga zu einer wundervollen Erfahrung 44
Seminar: Emily Hess®-Klangyoga Retreat 45
Seminar: Achtsamkeit im Yoga und in KLANGräumen 46
Seminar: Urvertrauen - Wandlung „Einklang für Körper und Seele“ 47
Seminar: Atem, Körpertherapie und Klangmassage 48
Seminar: Bewegende Klänge. Tanz trifft Klang in der Tanz- und Bewegungstherapie 48
Seminar: Der Tanz mit dem Klang – Qi Gong mit der Klangschale 49
Schönheit, die von innen kommt! – Klang ist Wellness für die Seele 50
Tagesseminar: Kosmetik & Klang (für Kosmetikerinnen) 52
Das PHI auf Messen, Kongressen und Fachtagungen 54

Klangvolle Begleitung von Kindern und Jugendlichen 55
Kinder in ihrer Entwicklung mit Klang/-geschichten unterstützen 56
Workshop: Klangschalen – Mit allen Sinnen spielen und lernen 58

„Peter Hess®“ und „KliK®“ sind europaweit geschützte Marken.

Seminar: Schatzfinder im KlangZauberLand 61
Seminar: Kunterbunte Klanggeschichten für Kinder (v.a. von 2-6 Jahren) 62
Seminar: Urvertrauen mit Kindern – „Das kleine Glück" 63
Seminar: Der Einsatz von Klangschalen im Schulalltag 64

Instrumente, Gesang und mehr 65
Seminar: Experimentelle Gongerfahrung – Technik und Spielfreude für Anfänger 65
Seminar: Der Gong als Spiegel – Selbsterfahrung 67
Seminar: SOM – Sound of Mantra 68
Seminar: Obertonsingen lernen für Anfänger 69
Seminar: Afrikanisches Trommeln 70
Seminar: Traditionelle newarische Babymassage „Nati-Kuti" – Zeit für Mutter und Kind 71
Seminarwoche: Nadi-Muskeltherapie NMT 72

Individuelle, berufliche Qualifikations- und Kompetenzerweiterung 73
Die Peter Hess®-Klangmassage und –Klangmethoden 74
Zahlreiche Fachseminare ermöglichen Ihnen eine individuelle Weiterbildung 75
Die Peter Hess®-Klangmassage als komplementäre Methode in der therapeutischen Praxis 76
Selbst Klangprofi werden – Abschlüsse am PHI 80
Zertifikate durch die Steinbeis-Hochschule Berlin 82

**Dieses Symbol finden Sie an mehrere Stellen in der Broschüre.
Mit einem „Klick" führt es Sie direkt zum jeweiligen Angebot auf unserer Website.**

Wir beraten Sie gerne auch persönlich!

Alle unsere Workshops oder Seminare können Sie auch als Inhouse-Schulung buchen.

PHI Büroteam

Peter Hess® Institut (PHI)
Ortheide 29
D-27305 Bruchhausen-Vilsen
Tel.: +49 (0) 42 52 – 93 89 114
Fax: +49 (0) 42 52 – 93 89 145
E-Mail: info@peter-hess-institut.de
www.peter-hess-institut.de

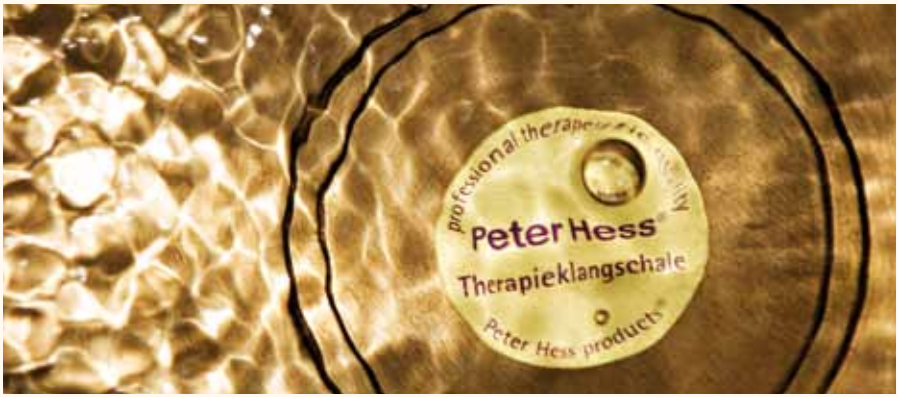
Klang als Kraftquelle erleben – ganz in Ihrer Nähe!

Erleben Sie selbst, wie schnell die Klänge Sie in die Entspannung führen und Sie dabei Kraft und Energie tanken können!

Besuchen Sie doch mal ein Klangkonzert, eine Fantasiereise oder gönnen Sie sich eine Klangmassage. Vielleicht möchten Sie auch lieber bei einem Workshop oder einem Seminar selbst die Klangschalen kennenlernen, mit ihnen experimentieren und erfahren, wie Sie dieses so besondere Instrument für sich selbst nutzen können.

Auf unseren PHI Reginal-Websiten finden Sie sicher ein Angebot, das Sie anspricht!

www.phi-nord.de	Region Norddeutschland sowie Hannover, Celle, Wendland und Kassel, Osterniedersachsen/Harz
www.peter-hess-zentrum.de	Peter Hess® Zentrum Schweringen bei Nienburg/Weser in Niedersachsen
www.phi-nordwest.de	Region Nord-/Westdeutschland
www.klang-dialog.com	Peter Hess® Zentrum Nottuln im Münsterland
www.phi-sachsen.de	Region Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen
www.peter-hess-zentrum-erzgebirge.de	Peter Hess® Zentrum Brand-Erbisdorf im Erzgebirge
www.phi-berlinbrandenburg.de	Region Berlin/Brandenburg
www.phi-nrw.de	Region Nordrhein-Westfalen
www.phi-rheinmainneckar.de	Region Rhein-Main-Neckar
www.phi-bayern.de	Region Bayern



Wertvolle Klangübungen für jeden Tag – Zeit für mich!

Wertvolle Klangübungen für jeden Tag – Zeit für mich!
Meinen Alltag entspannter und lebendiger gestalten

Schon mit einer Klangschale kann man sich etwas Gutes tun. Ein kleines Geschenk für sich selbst – heißt: sich die Zeit nehmen. Damit können wir uns täglich Lebensfreude schenken! Eine positive Selbstachtung, ein achtsamer Umgang mit sich selbst ist dabei eine wichtige Voraussetzung. „So wie ich bin, bin ich in Ordnung und ich bin mir wichtig."

Mit den Klängen zur Ruhe kommen, für eine kleine Weile ganz bei sich sein, spüren, wie es mir gerade geht. Durch das Lauschen auf die Klänge und die Wahrnehmung ihrer zarten Schwingungen ganz eintauchen in das eigene Erleben, einfach nur sein – ganz im Augenblick, den Alltag für einige Momente vergessen. In der Stille, die jedem Klang folgt und die sich nach und nach in mir einstellt, erleben, dass alles gut ist, dass man selbst in Ordnung ist. Das sind die Erfahrungen, die Ihnen die hier vorgestellten Klangübungen schenken können!

Damit tragen Sie auch wesentlich zur Stärkung Ihrer Gesundheit bei (vgl. S. 22). So konnten die Teilnehmer einer Untersuchung des Professorenehepaars Erler nach vier Wochen schon eine Veränderung zum Positiven hin erfahren. Das Ritual mit einer Klangschale ist schon eine Form der Meditation, die man leicht zu Hause durchführen kann.

Menschen, die diese positiven Erfahrungen mit Klang gemacht haben, begleiten sich auch teilweise im Berufsleben damit. Im Büro oder in einer Arbeitspause können die Klänge, in wenigen Minuten eingesetzt, wieder neue Kräfte mobilisieren. Bei Denkprozessen oder Entscheidungen können sie unterstützen. Die Lösungen liegen quasi auf der Hand. Die Philosophie des Klangschaleneinsatzes geht immer vom Gesunden, vom gut Funktionierenden aus und ist damit ein guter Helfer im Alltag.

So kann man mit einer Klangschale sich auch in der Partnerschaft oder Familie gegenseitig etwas Gutes tun. Das Gefühl, einem Menschen in seinem Umfeld die Aufmerksamkeit mit Klangbegleitung zu schenken, ist eine wunderbare Erfahrung. Die Kommunikation läuft gelassener durch die beruhigenden Klänge. Kinder sprechen besonders schnell auf den Klang an und lieben es, wenn z.B. die abendliche Einschlafgeschichte von Klang begleitet wird.

Die richtige Klangschale für mich und meine Zwecke

Heute gibt es unzählige Klangschalen verschiedener Größen, Klangfarben und Qualität auf dem Markt. Hier einige Tipps, die Sie beachten sollten, wenn Sie die hier beschriebenen Klangübungen machen möchten:
Sie sollten den Klang der Schale als besonders angenehm und einladend empfinden. Wichtig ist zu wissen, dass es individuell sehr unterschiedliche Vorlieben gibt – Vertrauen Sie Ihrem Gefühl, dann werden Sie auch viel Freude mit der Klangschale haben. Die Klangschale sollte einen gleichmäßigen, ruhigen Ton erzeugen und auch beim kräftigen Anklingen sollten keine Nebengeräusche wie Klirren oder Surren zu hören sein. Beim Anklingen kommt das Metall in Bewegung und diese Bewegung setzt sich über die Haut, das Gewebe, die Organe, ... im ganzen Körper fort. Die fühlbaren Klangschwingungen wirken wie eine ganz feine Massage. Deshalb ist es wichtig, dass nicht nur der Ton, sondern auch die Schwingung der Schale möglichst gleichmäßig und lang anhaltend ist. Beim Ausprobieren werden Sie schnell merken, dass dafür eine gewisse Schalengröße notwendig ist. Bei kleinen Schalen ist die Schwingung oft kaum zu spüren oder stoppt viel zu schnell.

Ich empfehle für diese Übungen die sogenannte „Universalschale". Mit ihrem breiten Frequenzspektrum spricht sie den gesamten Körper gut an. Sie ist aus meiner Erfahrung die ideale Einsteigerschale und wird gerne von Menschen genutzt, die sich mit einer Klangschale etwas Gutes tun möchten.
Falls Sie später Lust auf mehr bekommen sollten, haben Sie mit dieser Schale schon einen Grundstein gelegt, denn sie gehört zum klassischen 3er-Set für die Klangmassage.

Mein Wohlfühlplatz

Die Klangübungen können Sie jederzeit und überall durchführen. Ideal ist es natürlich, wenn Sie zu Hause einen Platz wählen, den Sie besonders gerne mögen und wo Sie ungestört sind. Für die tägliche Praxis kann es sehr hilfreich sein, wenn die Klangschale einen festen Platz bekommt, an dem Sie sie gut sehen und an dem Sie häufig vorbeigehen. So können Sie sie immer wieder kurz erklingen lassen und von der entspannenden und ordnenden Kraft der Klänge profitieren – ganz nebenbei.

Hören – Lauschen – Wahrnehmen

Diese Übung ist eine Art Klangmeditation. Über das Hören gelangen wir zum Lauschen. Das Lauschen ist mehr als das Hören, es ist eine Wahrnehmung der Klänge mit dem ganzen Körper. Lassen Sie sich ganz auf die Klänge, Körperempfindungen, Gedanken und Gefühle ein. Das Lauschen auf die Klänge führt nach innen und in eine wohltuende Stille – das, was gerade im Außen geschieht, tritt in den Hintergrund.

Übung

- Machen Sie es sich bequem. Stellen Sie die Klangschale direkt vor sich auf ein Kissen oder eine andere schwingungsfähige Unterlage.
- Schlägeln Sie nun die Schale sanft an und nehmen Sie ihren Klang wahr.
- Vielleicht schließen Sie dabei die Augen, um sich ganz auf die Klänge einlassen zu können.
- Hören Sie die verschiedenen Klangnuancen? Da sind hohe Töne, tiefe Töne, viele unterschiedliche Töne, die zusammen ein wunderbares obertonreiches Klangbild ergeben.
- Lauschen Sie dem Klang mit Ihrem ganzen Körper – Ihre ganze Aufmerksamkeit richtet sich auf den Klang, Sie werden sozusagen eins mit dem Klang. So spüren Sie vielleicht, wie Ihr Körper von den Klangschwingungen berührt wird und Sie diese auch mehr und mehr fühlen können.
- Nach einiger Zeit klingen Sie die Schale erneut an.
- Im Lauschen auf das An- und Abschwellen der Klänge wird Ihr Atem ruhiger, tiefer und gelassener.
- Wenn Sie mögen, machen Sie bewusst ein paar tiefe Atemzüge.
- Die Stille nach jedem Klang lässt in Ihnen eine angenehme Ruhe entstehen.
- Genießen Sie die Klänge, solange Sie möchten.
- Spüren Sie die entspannende, harmonisierende Wirkung.
- Nun legen Sie Klangschale und Schlägel beiseite und spüren mit geschlossenen Augen noch einen Moment nach.
- Vielleicht spüren Sie die Klänge immer noch, obwohl sie schon verklungen sind – sie schwingen in Ihnen weiter.
- Seien Sie ganz bei sich: Wie fühlen Sie sich, was geht in Ihnen vor, wie nehmen Sie Ihren Körper wahr? Nehmen Sie sich Zeit, bei all dem, was gerade ist, Raum zu geben, ohne es zu bewerten – beobachten Sie einfach nur.
- Abschließend atmen Sie noch einige Male tief durch, recken und strecken sich und kommen ganz in Ihrem Tempo wieder in den Alltag zurück.

Die Klänge über die Handreflexzonen erfahren

Diese Klangübung ist möglicherweise Ihre erste bewusste Körpererfahrung mit den Klangschalenklängen. Versuchen Sie, mit der Aufmerksamkeit ganz beim jeweils angesprochenen Körperbereich zu sein. So können Sie erleben, wie sich die Klangschwingungen nach und nach in Ihrem Körper ausbreiten. Regelmäßig eingesetzt, kann diese kleine Klangmeditation ein wertvoller Begleiter für den Alltag werden. Über die Reflexzonen wird dabei der gesamte Körper stimuliert. So hilft diese Übung besonders gut, Stress und Überlastung frühzeitig vorzubeugen oder regelmäßig abzubauen und damit die eigene Gesundheit zu stärken.

Übung

- Sie machen es sich im Sitzen bequem. Öffnen Sie die Handfläche Ihrer rechten Hand, wobei der Handteller nach oben zeigt. Wenn es für Sie angenehmer ist, können Sie die Hand auch auf einem Kissen ablegen.
- Nun positionieren Sie die Klangschale auf Ihrem Handteller, so, wie Sie es auf dem Bild sehen.
- Schlägeln Sie die Schale sanft von außen am oberen Rand an.
- Hören Sie den Klängen zunächst einfach nur nach.
- Im nächsten Schritt erweitern Sie Ihre Wahrnehmung um das Fühlen. Nehmen Sie die Schwingungen der Klangschale bewusst in Ihrem Handteller wahr. Sie spüren die zarten Vibrationen der klingenden Schale auf Ihrer Handfläche und richten Ihre ganze Aufmerksamkeit darauf.
- Sanft bewegen sich die Schwingungen über die Haut und durch die Handfläche hindurch.
- Nun erweitern Sie Ihre Aufmerksamkeit auf Ihren gesamten Körper und lassen die Klänge durch ihn hindurchfließen. Spüren Sie, wie sich die Klangschwingungen von Ihrem Handteller hin zum rechten Handgelenk ausbreiten.
- Nun gehen Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit, ausgehend vom rechten Handteller über das rechte Handgelenk nach und nach: – zum rechten Unterarm – zum rechten Ellenbogengelenk zum rechten Oberarm – zum rechten Schultergelenk – zum Nackenbereich und zum gesamten Körper.
- Nehmen Sie sich Zeit, die Klänge im Körper zu spüren. Fühlen Sie, wie Klangwelle für Klangwelle immer weiter und freier durch den Körper fließen.
- Wenn Sie soweit sind, positionieren Sie die Klangschale auf der linken Hand und wiederholen Sie den Vorgang wie bei der rechten Hand.

- Wenn es für Sie stimmig ist, kommen Sie ganz in Ihrem Tempo langsam in den Alltag zurück.
- Atmen Sie einige Male tief durch, bewegen Sie nach und nach Ihren ganzen Körper und öffnen die Augen.

Tipp

Diese Übung kann man auch wunderbar als Partnerübung gestalten. Die Klänge passiv genießen zu dürfen, kann die entspannende Wirkung noch vertiefen.

Klangentspannung für den Bauch

Der Bauchraum ist ein besonders sensibler Körperbereich, der auf Stresssituationen mit Verdauungsproblemen, Bauch- oder Magenschmerzen reagieren kann. Die Klänge können hier eine wunderbare Möglichkeit sein, um ein sanftes Entspannungsangebot zu setzen. Diese Übung hat sich auch besonders bei Menstruationsbeschwerden bewährt.

Übung

- Legen Sie sich locker auf den Rücken und machen es sich so bequem wie möglich.
- Positionieren Sie die Klangschale auf dem sogenannten „Solarplexus". Das ist etwa eine Handbreit über dem Bauchnabel.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Kopf und der Arm, mit dem Sie die Klangschale anschlägeln möchten, gut abgestützt sind, sodass es zu keinen unnötigen Anstrengungen bzw. Anspannungen kommt.
- Nun tönen Sie die Klangschale sanft von außen am oberen Rand an.
- Wenn Sie mögen, schließen Sie die Augen und richten Ihre Aufmerksamkeit ganz auf Ihren Solarplexus. Nehmen Sie wahr, wie die Klänge diesen Bereich massieren und sich nach und nach von dort wohlige Entspannung ausbreitet.
- Atmen Sie tief durch und wiederholen Sie dies mehrere Male.
- Nachdem Sie die Klangschale einige Male auf Ihrem Solarplexus angeklungen haben, schieben Sie sie etwas weiter nach unten auf Ihren Unterleib, sodass die Klangschale den Schambeinknochen berührt.
- Nun schlägeln Sie die Schale hier einige Male sanft an. Lassen Sie sich zwischen den Anschlägen Zeit und spüren Sie der sich ausbreitenden Schwingung nach.
- Danach schieben Sie die Klangschale wieder zurück auf den Solarplexus und schlägeln sie dort erneut etwa 3 - 5 Mal an.
- Spüren Sie nach: Was fühlen Sie, was empfinden Sie, wie geht es Ihnen?
- Abschließend dehnen Sie sich ausgiebig, bevor Sie die Augen öffnen und mit Ihrer Aufmerksamkeit wieder ganz im Hier und Jetzt ankommen.

Der Unterleib reagiert meist besonders sensibel auf die Klänge. Die sanften Klangschwingungen breiten sich behutsam über die Haut, die Organe, das Gewebe, die Körperflüssigkeiten und Körperholräume aus. Dabei erfahren diese eine Art ganz zarter Massage und kommen (wieder) in Bewegung. So ist es nicht verwunderlich, dass bei diesen Übungen die Verdauung angeregt und krampfartige Beschwerden gelindert werden können. Stress, der sich körperlich oft wie ein „Stein in der Magengegend" anfühlt, kann nach und nach abgebaut werden.

Klangritual am Abend – Psychohygiene und Einschlafhilfe

Die Klänge wirken immer ganzheitlich auf Körper, Geist und Seele. In der Klangentspannung kommen die Gedanken zur Ruhe. So mache ich (Peter Hess) z.B. die Klangentspannung für den Unterleib gerne nach einem anstrengenden Tag, um besser ein- und durchschlafen zu können. Im Lauschen auf die Klänge und Wahrnehmen der Schwingungen fühle ich, wie die Last des Alltags nach und nach von mir fällt. Ich werde immer freier und fühle, wie mein Körper wohlig schwingt. Wie ein neutraler Beobachter lasse ich dabei die Bilder des Tages vorbeiziehen, ohne an ihnen zu verhaften. Die Klänge helfen mir dabei, dies von einer neutralen Warte aus zu tun. So kann ich sehen, was besonders gut gelaufen ist und schön war oder was nicht so erfreulich gewesen ist und ich beim nächsten Mal besser machen möchte. Langsam kommen meine Gedanken zur Ruhe und mein Körper entspannt sich mehr und mehr. Manchmal schaffe ich es dann gar nicht mehr, die Klangschale zur Seite zu stellen, sondern gleite noch während der Übung in einen tiefen Schlaf. Ähnliche Erfahrungen berichten mir auch immer wieder meine Seminarteilnehmer.

Tipp

Die Klänge am Abend können auch hervorragend mit Kindern als Einschlafritual genutzt werden. Sie können wie eben beschrieben, gemeinsam Rückschau auf den Tag halten oder die Gute-Nacht-Geschichte mit den Klängen begleiten, hier gibt es viele Möglichkeiten (vgl. S. 55 ff). Auch bei meinen Enkeln habe ich die Erfahrung gemacht, dass sich die meisten Kinder fast augenblicklich von den golden glänzenden Schalen angezogen fühlen und gebannt den Klängen lauschen.

Das Einsteiger-Set

von hess klangkonzete seit 1989 · www.hess-klangkonzepte.de

Balance, Entspannung und Lebensfreude durch Klang

Workshop: Entspannen mit Klangschalen

Umfang: 4 Stunden, Kursgebühr: 45 €

Mehr als 80 Termine bzw. Veranstaltungsorte in ganz Deutschland!

Für den ersten Kontakt mit den Klangschalen empfehlen wir den Workshop „Entspannen mit Klangschalen". Für vier Stunden tauchen Sie in die Welt der Klänge ein, sammeln erste eigene Erfahrungen bei spannenden Experimenten und mit verschiedenen Klangschalen, geben und bekommen eine Klangentspannung für den Rücken und erhalten so Einblicke in die Wirkungsweise der Klänge bzw. Klangmassage (vgl. S. 24).

Was dürfen Sie von diesem beliebten Workshop erwarten?

- Eine Auszeit aus dem Alltag – Zeit für mich!
- Genießen und wohltuende Empfindung
- Entspannung und Gelassenheit erfahren
- Lebensbalance finden, die eigene Mitte stärken
- Mit sich im Einklang sein
- Die Gesundheit stärken
- Sich selbst wieder bewusster wahrnehmen
- Achtsamkeit und Wertschätzung
- Motivation für neue Aufgaben
- Körperbewusstsein stärken
- Steigerung des Selbstwertgefühls und der Lebensfreude
- Kreativität und Ideen entwickeln

Nach diesem Workshop fühlen Sie sich nicht nur erholt und frisch, sondern nehmen auch konkrete Klangübungen mit nach Hause, die Sie direkt in Ihren Alltag integrieren können.

Termine 2017 – Anmeldung bitte direkt bei den Workshopleitern

				PLZ
Bad Düben	11.03., 17.06., 02.12.	Daniela Richter	0351 4242256	0.....
Bad Lausick	04.02., 08.04., 02.09.	Daniela Richter	0351 4242256	
Chemnitz	13.01., 28.04., 28.07., 20.10.	Alexandra Takats	0176 28195619	
Dresden	21.01., 25.03., 13.05., 19.08., 21.10., 04.11.	Daniela Richter	0351 4242256	
Dresden	28.01., 10.06., 18.09.	Petra Sillmann	0152 57509558	
Eilenburg	03.02., 21.04., 23.06., 15.09.	Klaus-Dieter Adam	03438 344908	
Berlin	24.01., 27.06., 07.10., 08.12. *auch Inhouse*	Eva-Maria Hähnel	030 7425405	10000
Berlin/Rudow	08.02., 12.05., 15.09., 15.11.	Sabine Diesing	030 66461709	
Bredow/ Brieselang b. Berlin	18.05., 20.07.	Elvira Hagen	03321 744880	
Groß Glienicke/ Potsdam	26.02., 23.04., 10.09., 05.11.	Karin Heimburger	033201 456885	
Frankfurt/Oder	10.03., 22.09.	Marion Moser	0335 5006269	
Achim b. Bremen	08.04., 09.09.	Monika Möllers	0421 9884980	20000
Bremen	06.05., 17.06., 07.10.	Monika Möllers	0421 9884980	
Hamburg	11.02., 08.07., 11.11.	Dagmar Maila Tullney	040 86646579	
Hamburg	14.01., 29.04., 30.09.	Elke Leitz	04101 45707	
Langeoog	12.04., 13.09.	Friederike Depping -Schreiber	0177 7162194	
Lüchow/ Wendland	04.03., 05.08.	Claudia Schlüter	05841 7091720	
Lüneburg	25.02., 23.09., 18.11.	Bettina Sander	04131 760066	
Westerdeich-strich/Büsum	18.03., 18.11.	Heike Thiede	04834 962320	
Bad Eilsen	25.02., 09.09.	Teresa Niermann	05722 2812869	30000
Bad Driburg	06.02., 20.09.	Angelika Rieckmann	05253 974132	
Brakel	14.05.	Angelika Rieckmann	05253 974132	
Detmold	02.03., 10.10.	Angelika Rieckmann	05253 974132	
Halberstadt	11.03,14.05,17.09,19.11.	Peter Filter	039425 96337	
Fulda	28.01., 18.03., 19.08., 25.11.	Dorothea Seemann-Pamir	0661 48140	
Goslar	17.02., 19.05., 17.11.	Heike Siemens	05321 3989999	
Höxter	10.03., 27.10.	Annette Leßmann	05277 2070013	
Hofgeismar bei Kassel	21.01., 04.03., 08.04., 05.08., 18.11.	Shirley Alisch	05675 720005	
Göttingen	25.02., 12.08.	Mathias Elsner-Heyden	0551 2934600	

PLZ				
30000	Langenhagen bei Hannover	11.03., 10.06., 23.09., 02.12.	Angela Münkel	0172 5417053
	Magdeburg	27.01., 21.04., 22.09.	Kerstin Wöhlbier	0391 6073771
40000	Dortmund	14.01., 25.03., 24.06., 30.09.	Sabine Gebhardt	0231 590956
	Düsseldorf-Düsseltal	28.01., 08.04., 11.11.	Vera Pavlovic	0211 674663
	Erkelenz	21.01., 25.02., 28.10., 18.11.	Katharina Hannelore Mones	0173 449224
	Gelsenkirchen	27.08.	Almut Stühmeier	0174 1764007
	Haren b. Meppen	04.03.	Beate van Dülmen	05934 924235
	Hilden	07.05., 19.11.	Susanne Adolfs	02103 242007
	Krefeld	18.02., 06.05., 08.07., 02.09.	Martina Spanier	0215 542557
	Marl	21.01., 22.04., 08.07., 04.11.	Ursula Nübel	02365 81246
	Moers	14.01., 03.04., 21.08., 16.10., 09.12.	Sonja John	0176 24098327
	Mönchengladbach	01.04., 07.10.	Gietzen, Heike	02161 958100
	Mülheim	21.01., 29.04., 01.07., 25.11.	Claudia Swoboda	0208 3059240
	Nottuln	15.03., 29.06., 13.09., 09.11.	Heike Haverbeck	02502 227 110
	Osnabrück	24.03., 16.06., 22.09., 24.11.	Hedwig Coners-Krämer	0541 9826498
	Rheine	13.05.	Beate van Dülmen	05934 924235
	Wuppertal	14.01., 29.04., 28.10., 02.12.	Margarete Cziesla	0202 312340
	Wuppertal	27.01., 27.04., 16.10.	Maria Schmidt-Fieber	0202 94632319
	Xanten	29.01., 26.03., 29.07., 21.10.	Gertrud Stamprath	02801 983887
50000	Aachen	01.04., 28.10.	Andrea Memmersheim	02423 3621
	Bonn	07.01., 03.05., 28.06., 11.08., 13.10., 09.12.	Bianka Dr. Petzelberger	02241 9443228
	Hennef	jeden 1. Sonntag im Monat	Anna Janszikowsky	02248 445330
	Herdecke	04.03., 01.07.	Silvia Schröer	02330 6079222
	Köln	08.04., 04.11.	Andrea Memmersheim	02423 3621
	Königswinter	04.03., 06.05., 16.09., 04.11.	Barbara Baltes	02223 296288
	Langerwehe	02.04., 29.10.	Andrea Memmersheim	02423 3621
	Lippstadt	21.01.*, 01.04.*, 24.06.*, 02.09.*, 09.12.*	Mathilde Tepper	02941 202784
	Mülheim-Kärlich	28.01., 13.05., 26.08., 27.10.	Helga Montag	0170 4818563
	Unna	18.02., 20.05., 20.10.	Gabriele Esser	02303 871105
	Witten	12.05., 14.10.	Silvia Schröer	02330 6079222

Bilblis	04.02., 24.06., 23.09.	Silvia Berger	06245 298283
Darmstadt-Bergstraße	04.03., 04.11.	Valentina Kaltenbacher	06257 9995980
Darmstadt	11.02., 29.04., 02.09., 28.10.	Elke Rüschenbaum	06151 3083090
Frankfurt Main	18.01., 31.03., 05.07., 08.10.	Simone Westholt-Smith	069 21658840
Illingen	11.03., 25.11.	Joachim Fell	06825 44386
Rödermark-Rodgau	11.02., 29.04., 02.09., 28.10.	Elke Rüschenbaum	06151 3083090
Wiesbaden/ Geisenheim	18.02., 20.05., 26.08., 11.11.	Ulrike Burckard	06722 71800
Wöllstadt/ Wetteraukreis	24.02., 30.06.	Monika Pfannkuchen	06034 914342
Freiamt	28.01., 04.03., 20.05., 29.07., 07.10., 02.12.	Britta Maria Koch-Jeschall	07645 913635
Karlsruhe	18.01., 15.09.	Elke Olivia Hermann	0721 4763767
Ludwigsburg	04.02., 08.04., 22.07., 04.11.	Beate Pihale	07141 9917321
Wörth/Rhein	18.02., 11.11.	Ingrid Knab-Lemke	07273 3533
Gröbenzell	29.04., 28.10., 16.12.	Andrea Kimmeyer	08142 51599
München-Milbertshofen	25.03., 24.09.	Günter Stadler	08254 1703
München-Solln	28.01., 18.03., 18.11.	Katharina von Gagern	089 75968322
Ottobrunn/Aschau	11.02., 06.05., 02.10.	Angelika Eckart	0805 29575005
Ravensburg	11.02., 25.11.	Bernadette Lupberger	07525 2110
Waltenhofen	28.01., 17.09.	Vera Felsing	08379 9295700
Laaber	18.03., 21.10.	Peter Schiller	09498 791
Martinroda	18.02., 20.05., 19.08., 18.11.	Bernd Hornaff	03677 4680967
Mellrichstadt	25.02., 09.07., 21.10.	Doris Knahl	09776 9228
Schloßberg/ Raum Nürnberg	18.02., 27.05., 07.10.	Kerstin von Heßberg	0170 2457526
Schweinfurt	18.02., 27.05., 16.09., 25.11.	Alexandra Nernosi	0176 55622188
Triefenstein	18.02., 29.04., 24.06., 23.09.	Audrey Lüding	09395 290

* Kurse beinhalten Klanganwendungen bei Demenz und Pflege

Seminar: Gesundheitsprävention für Körper, Geist und Seele mit Klangschalen

- **02.–05.02.2017 im Peter Hess® Zentrum in Nottuln**
- **23.–26.11.2017 in der Rhön-Akademie in Gersfeld/Rhön**

Umfang: 24 Stunden, Kursgebühr: 310 €

Wer gezielte Klangübungen erlernen möchte, um die eigene Gesundheit zu stärken, ist in diesem Seminar genau richtig. Hier werden neben konkreten Einsatzmöglichkeiten der Klangschalen, z.B. zur Entspannung, Unterstützung bei Unterleibsbeschwerden oder Durchblutungsstörungen, auch Anwendungsmöglichkeiten zur mentalen Stärkung und Psychohygiene vermittelt.

Das Buch erhalten Sie als Unterrichtsmaterial zum Seminar.

Was dürfen Sie von diesem Seminar erwarten?
In diesem Seminar erfahren und erlernen Sie Klangelemente zur Selbstanwendung für die:

Mentale Förderung

- Klangraum und Klangmeditation für den Tagesbeginn:
  Sich auf den Tag freuen, die Aufgaben des Tages klären und sicher angehen
- Klangraum und Klangmeditation für den Tagesabschluss – Rückschau:
  Was ist heute gut gelaufen, was habe ich gelernt, was werde ich das nächste Mal anders machen?

Körperliche Klangbegleitung

- Den Körper und sich selbst wahrnehmen, erkennen, was mir gut tut und wie ich mich selbst mit Klang unterstützen kann
- Klangmassage über die Handreflexzonen
- Entspannende Klangmassage für Hände, Arme, Knie und Beine
- Anwendung der Klangschalen bei Durchblutungsstörungen
- Rücken- und Nackenklangmassage

Verwirklichung selbst gesetzter Ziele wie z.B. folgender Vorhaben:

- Frei vom Rauchen werden
- Ernährungsgewohnheiten ablegen und verändern
- Frei von belastenden und quälenden Gedanken werden – konstruktiv, glücklich und zufrieden leben

Hinweis

Viele PHI-Kursleiter bieten zu diesem Thema Seminare und fortlaufende Kurse an. Informationen über Angebote in Ihrer Region finden Sie auf unseren PHI Regional-Webseiten (vgl. S. 6).

Kombinationsseminar:

Gesundheitsprävention für Körper, Geist und Seele mit Klangschalen + Klangmassage I mit Peter Hess

Umfang: 32 Stunden, Kursgebühr: 410 €

vom 09.–13.07.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg a.d. Weser

Wie der Titel schon verrät, werden hier die Klangelemente aus der Gesundheitsprävention mit dem Erlernen der Basis-Klangmassage (vgl. Klangmassage I, S. 28) verbunden. Dies ermöglicht nicht nur eine vertiefte Selbsterfahrung, sondern ist gleichzeitig Teil der Ausbildung in der Peter Hess®-Klangmassage (vgl. S. 34).

Peter Hess®-Klangmassage – Ein Weg zu Ihrer Lebensfreude

Lebensfreude und Glück können nicht dauerhaft sein. Es sind Momente in unserem Leben, die wir genießen. Vermissen wir sie oder sehnen uns danach, dann ist es Zeit nachzudenken. Mobilisieren Sie Ihre inneren Kräfte, um wieder mehr Lebensfreude und Energie zu verspüren.

Es gibt Zeiten, da fällt es uns sicher leichter, positive Energie und Kraft in uns zu aktivieren. In anderen braucht es eher eine besondere Motivation, um uns etwas Gutes zu tun. Warum sollen wir erst zur Besinnung kommen, wenn wir krank werden oder uns seelisch schlecht fühlen? Um aus belasteten Gedanken herauszukommen, ist es manchmal wertvoll, etwas Neues auszuprobieren. Abwechslung führt zu Gefühlen der Lebendigkeit und steigert die Lebensfreude. Dabei spielt die Wahrnehmung des eigenen Körpers eine wesentliche Rolle. Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag – zum Beispiel bei einer Klangmassage.

Bei der Peter Hess®-Klangmassage als ganzheitliche Methode werden hochwertige Qualitätsklangschalen nach einem bestimmten Prinzip auf den bekleideten Körper aufgestellt und angeklungen. Die feinen Schwingungen der Schalen übertragen sich auf den Körper, bringen ihn in Fluss und können körperliche und seelische Blockaden lösen. Die wohltuenden Klänge haben eine beruhigende Wirkung, die auch positive Auswirkungen auf unser Emotionszentrum im Gehirn zeigen, wie neurologische Studien zeigen. Die Prinzipien der Klangmassage sind Achtsamkeit, Wertschätzung, Ganzheitlichkeit, Weniger-ist-mehr-Prinzip, Lösungs- und Ressourcenorientierung und dialogisches Miteinander.

Menschen, die eine Klangmassage genossen haben, äußern häufig das Gefühl von Zufriedenheit, Gelassenheit, innerer Ruhe und die Motivation für neue Aufgaben. Die Klangmassage als komplementäre Methode führt schnell in einen Zustand der Entspannung und stärkt die Selbstheilungskräfte. Peter Hess, Dipl.-Ing. für Physikalische Technik und Berufsschullehrer für Physik und Politik, hat diese Methode vor über 30 Jahren entwickelt, diese durch Forschungsprojekte und wissenschaftliche Studien begleitet. Heute findet die Klangmassage weltweit große Anerkennung, erfüllt die Qualitäts- und Ethikrichtlinien der Freien und beratenden Gesundheitsberufe und wurde 2013 vom Steinbeis-Transfer-Institut Gesundheitskompetenz und Gesundheitsbildung der Steinbeis-Hochschule Berlin zertifiziert.

Die Peter Hess®-Klangmassage

- ist eine ganzheitliche Methode, die Körper, Seele und Geist anspricht
- bewirkt eine tiefe Entspannung
- stärkt das ursprüngliche Vertrauen des Menschen
- erleichtert das „Loslassen" – von Sorgen, Ängsten und Zweifeln
- trägt zur Gesundheitsförderung bei: Harmonisierung, Regeneration und Vitalisierung
- unterstützt und verbessert die Körper- und Selbstwahrnehmung
- trägt zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte bei
- ermöglicht Zugang und Nutzung eigener Ressourcen
- stärkt Selbstbewusstsein, Kreativität, Schaffenskraft und Motivation

„Ich bin so froh/glücklich, die Klangmassage für mich kennengelernt zu haben (ca. vor einem Jahr). Seitdem fühle ich mich ruhiger, ausgeglichener, fröhlicher, glücklicher und bin nicht mehr ´der Hamster im Laufrad´. Mein Umfeld hat diese Veränderung bemerkt und freut sich mit mir. Ich freue mich auf die vielen Dinge, die mich in der Zukunft erwarten und die ich Schritt für Schritt angehen werde. Viele Blockaden haben sich bei mir gelöst." (Seminarteilnehmer Klangmassage-Intensivausbildung)

Ein Blick in die Forschung

2009 wurden mehr als 200 Probanden zur Wirkung regelmäßiger Klangmassagen befragt. Die Untersuchung zeigt, dass bereits nach fünf Klangmassagen die Menschen besser mit Stress umgehen können und sich „in Ihrer Haut" wohler fühlen (Körperbild). Typische Aussagen der Teilnehmer waren:

- *„Ich hätte nicht gedacht, dass ich so gut loslassen kann!"*
- *„Schon bei dem Gedanken an die Klangmassage setzt die Entspannung ein."*
- *„In mir hat sich ein Gefühl tiefer Geborgenheit und eine schöne innere Ruhe ausgebreitet."*
- *„Ich konnte in der Nacht nach der Klangmassage endlich einmal wieder durchschlafen!"*
- *„Die Schalen sind einfach toll, so unterschiedlich und lang anhaltend. Es ist, als ob sie alles in Ordnung bringen."*

Durch die Klangentspannung konnte auch ein Rückgang stressbedingter Beschwerden wie Kopfschmerzen, Magenbeschwerden, Schlaflosigkeit oder innerer Unruhe beobachtet werden. Grundsätzlich kann von einer schmerzlindernden Wirkung ausgegangen werden, wie dies auch in einer Untersuchung von Dr. Matthias Braun mit Fibromyalgie-Patienten deutlich wurde. In einer Pilotstudie des Berliner Kardiologen Dr. Jens Gramann mit Bluthochdruck-Patienten wurde eine regulierende Wirkung sichtbar.

Ausführliche Informationen zu diesen und weiteren Untersuchungen finden Sie auf der Website des Europäischen Fachverbandes Klang-Massage-Therapie e.V.:
www.fachverband-klang.de
(Zur Klangmassage: Entwicklung und Forschung)

Hinweis

Die Peter Hess®-Therapieklangschalen wurden parallel zur Klangmassage entwickelt und sind optimal auf die Bedürfnisse der Klangpraxis abgestimmt. Sie zeichnen sich durch eine außergewöhnliche Klang- und Schwingungsqualität aus, daher ist die Peter Hess®-Klangmassage untrennbar mit ihnen verbunden.

Europäischer Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V. (FV)

Der Europäische Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V. wurde im Mai 1999 gegründet. Als Berufsverband vertritt er die Interessen der Peter Hess®-Klangmassagepraktiker. Seit 2012 ist der FV Mitglied im Dachverband für freie beratende und Gesundheit fördernde Berufe. Er ist enger Kooperationspartner des Peter Hess® Instituts (PHI) und hat sich u.a. der Qualitätssicherung und Weiterentwicklung der Peter Hess®-Klangmethoden verschrieben. Der FV vergibt die Auszeichnung als „Zertifizierte/r Peter Hess®-KlangmassagepraktikerIn".

Gerne vermitteln wir Ihnen Adressen qualifizierter Peter Hess®-KlangmassagepraktikerInnen in Ihrer Nähe!

Jährliche Tagung des FV

Der FV veröffentlicht in Zusammenarbeit mit dem Verlag Peter Hess Bücher und DVD´s und gibt einmal jährlich die Fachzeitschrift Klang-Massage-Therapie hieraus.

Fachzeitschrift Nr. 10/2015 und 11/2016

Europäischer Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V.
Ortheide 29 · D-27305 Bruchhausen-Vilsen
Telefon: +49 (0) 4252-9389140 · Fax: +49 (0) 4252-9389145
Bürozeiten: Mo./Do. von 12-18 Uhr; Di., Mi., Fr. von 8-14 Uhr
E-Mail: info@fachverband-klang.de
www.fachverband-klang.de

Seminar: Klangmassage I – Die eigene Mitte stärken

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Dieses Seminar wird in 50 deutschen Städten angeboten.

Mit den Klängen auf Entdeckungsreise zu den eigenen Tiefen und Möglichkeiten gehen!

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 vor allem auch Ihrer Erholung, trägt zur Stärkung Ihrer Gesundheit und zur Burn-out-Prävention 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. Gleichzeitig ist damit der Grundstein gelegt, falls Sie die weiteren Baustein für eine professionelle Klangmassage erlernen möchten und einen Abschluss als (zertifizierter) Peter Hess®-Klangmassagepraktiker anstreben.

Was dürfen Sie von diesem Seminar erwarten?

Sie sammeln eigene Erfahrungen und erhalten umfangreiche Informationen.

Zentrale Themen sind:

- Entstehungsgeschichte der Klangmassage
- Wirkung der Klänge der Klangschalen auf dem Körper erfahren
- Bericht der Seminarleitung über eigene Erfahrungen mit Klang und Klangmassage
- Unterschiedliche Charakteristika von Klangschalen mit den entsprechenden Schlägeln für die Basis-Klangmassage kennenlernen (3er Satz), Einsatz der unterschiedlichen Schlägel
- Demonstration der Basis-Klangmassage
- Angeleitete Durchführung der Basis-Klangmassage in 2er Gruppen
- Selbstständige Durchführung der Basis-Klangmassage
- Klangmeditationen zur Entspannung und Integration des Gelernten
- Die Basis-Klangmassage an die Bedürfnisse des Klienten anpassen lernen
- Erfahrungsaustausch und Reflexion
- Anwendungsmöglichkeiten, Grenzen und Kontraindikationen

Kombinationsseminar:

Gesundheitsprävention für Körper, Geist und Seele mit Klangschalen + Klangmassage I mit Peter Hess

vom 09.–13.07.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg a.d. Weser

Umfang: 32 Stunden, Kursgebühr 410 €

Urlaubsseminar:

Klangmassage I + Emily Hess®-Klangyoga Retreat

vom 08.–13.10.2017 (dazwischen 2 Tage frei)

auf der griechischen Insel Kreta

Umfang: 32 Stunden, Kursgebühr 490 €

Urlaubsseminare auf der Nordseeinsel Langeoog

Kombinationsseminar:

Klangmassage I + Fantasiereisen I vom 10.–14.07.2017

Umfang: 32 Stunden, Kursgebühr 380 €

Kombinationsseminar:

Klangmassage I + Fantasiereisen I+II

vom 08.–09.05.2017 und vom 15.–20.05.2017

Umfang: 48 Stunden, Kursgebühr 660 €

Termine 2017

Januar

07.-08.01.	09618 Brand-Erbisdorf (Sachsen)	Andreas Kreutzfeldt
13.-14.01.	48301 Nottuln	Heike Haverbeck *(Fr/Sa)*
14.-15.01.	49733 Haren	Beate van Dülmen
14.-15.01.	50668 Köln	Dr. Bianka Petzelberger
21.-22.01.	10823 Berlin	Anita Böttcher u./o. Eva-Maria Hähnel
28.-29.01.	60313 Frankfurt/M.	Simone Westholt-Smith
28.-29.01.	20144 Hamburg	Angelika Meisner
28.-29.01.	91180 Schloßberg/b.Nürnberg	Kerstin von Heßberg

Februar

04.-05.02.	97638 Mellrichstadt	Doris Knahl
10.-11.02.	48683 Ahaus	Heike Haverbeck *(Fr/Sa)*
10.-11.02.	42329 Wuppertal	Maria Schmidt-Fieber *(Fr/Sa) im Anschluss Klangmassage II*
11.-12.02.	76227 Karlsruhe	Elke Olivia Hermann
11.-12.02.	24113 Kiel	Nico Freis
11.-12.02.	30853 Langenhagen	Angela Münkel
18.-19.02.	28865 Lilienthal	Angelika Meisner
18.-19.02.	71640 Ludwigsburg	Beate Pihale
18.-19.02.	80809 München	Günter Stadler
25.-26.02.	10823 Berlin	Eva-Maria Hähnel u. /o. Anita Böttcher

März

03.-04.03.	33014 Bad Driburg	Angelika Rieckmann *(Fr/Sa) im Anschluss Klangmassage II*
04.-05.03.	64342 Malchen b. Darmstadt	Connie Henning
04.-05.03.	04838 Eilenburg	Klaus-Dieter Adam
04.-05.03.	47809 Krefeld	Martina Spanier
04.-05.03.	93098 Sengkofen	Günter Stadler
11.-12.03.	52064 Aachen	Elisabeth Dabrowski
11.-12.03.	87448 Waltenhofen	Vera Felsing
18.-19.03.	34117 Kassel	Zeljko Vlahovic
18.-19.03.	97532 Schweinfurt	Alexandra Nernosi
18.-19.03.	27305 Uenzen	Mareile Wägner
20.-21.03.	25980 Sylt	Heike Haverbeck *(Mo/Di) im Anschluss Klangmassage II*
23.-24.03.	39108 Magdeburg	Kerstin Wöhlbier *(Do/Fr)*
24.-25.03.	56076 Koblenz	Anke Brühl-Tschuck *(Fr/Sa)*
25.-26.03.	38640 Goslar	Zeljko Vlahovic
25.-26.03.	40721 Hilden	Norbert Kasprowski
25.-26.03.	88214 Ravensburg	Bernadette Lupberger
25.-26.03.	61206 Wöllstadt-Wetterau	Monika Pfannkuchen
27.-28.03.	26465 Langeoog	Friederike Depping *(Mo/Di) im Anschluss Klangmassage II* -Schreiber

April

01.-02.04.	80809 München	Günter Stadler
08.-09.04.	38667 Bad Harzburg	Zeljko Vlahovic
08.-09.04.	09618 Brand-Erbisdorf (Sachsen)	Andreas Kreutzfeldt
08.-09.04.	20144 Hamburg	Angelika Meisner
08.-09.04.	76227 Karlsruhe	Elke Olivia Hermann
08.-09.04.	91180 Schloßberg/b.Nürnberg	Kerstin von Heßberg
22.-23.04.	10823 Berlin	Eva-Maria Hähnel u. /o. Anita Böttcher
22.-23.04.	01324 Dresden	Connie Henning, Petra Sillmann
22.-23.04.	94315 Straubing	Günter Stadler
28.-29.04.	59427 Unna	Gabriele Esser *(Fr/Sa) im Anschluss Klangmassage II*
29.-30.04.	60313 Frankfurt/M.	Simone Westholt-Smith

Mai

06.-07.05.	71640 Ludwigsburg	Beate Pihale
06.-07.05.	27333 Schweringen	Peter Hess
08.-09.05.	26465 Langeoog	Friederike Depping-Schreiber *(Mo/Di) im Anschluss Klangmassage II+Fantasiereisen I+II*
12.-14.05.	34549 Edertal-Bringhausen	Mathias Elsner-Heyden *(Fr/So) für Musiktherapeuten*
13.-14.05.	37073 Göttingen	Connie Henning
13.-14.05.	50668 Köln	Dr. Bianka Petzelberger
13.-14.05.	80809 München	Günter Stadler
19.-20.05.	42329 Wuppertal	Maria Schmidt-Fieber *(Fr/Sa) im Anschluss Klangmassage II*
20.-21.05.	10823 Berlin	Anita Böttcher u./o. Eva-Maria Hähnel
20.-21.05.	64342 Malchen b. Darmstadt	Connie Henning
20.-21.05.	04838 Eilenburg	Klaus-Dieter Adam
20.-21.05.	47809 Krefeld	Martina Spanier
20.-21.05.	30853 Langenhagen	Angela Münkel
27.-28.05.	34369 Hofgeismar	Shirley Bothert-Vega

Juni

10.-11.06.	28865 Lilienthal	Angelika Meisner
10.-11.06.	59427 Unna	Gabriele Esser
14.-15.06.	48301 Nottuln	Heike Haverbeck *(Mi/Do) im Anschluss Klangmassage II*
17.-18.06.	99192 Neudietendorf	Connie Henning
24.-25.06.	60313 Frankfurt/M.	Simone Westholt-Smith
24.-25.06.	91180 Schloßberg/b.Nürnberg	Kerstin von Heßberg

Juli

01.-02.07.	22081 Hamburg	Angelika Meisner
01.-02.07.	50668 Köln	Dr. Bianka Petzelberger
01.-02.07.	49080 Osnabrück	Heike Haverbeck
01.-02.07.	97532 Schweinfurt	Alexandra Nernosi
01.-02.07.	94234 Viechtach	Connie Henning
01.-02.07.	88273 Frontreute-Blitzenreute	Bernadette Lupberger
15.-16.07.	10823 Berlin	Anita Böttcher u./o. Eva-Maria Hähnel
29.-30.07.	34117 Kassel	Zeljko Vlahovic

August

05.-06.08.	76227 Karlsruhe	Elke Olivia Hermann
05.-06.08.	71640 Ludwigsburg	Beate Pihale
05.-06.08.	61206 Wöllstadt-Wetterau	Monika Pfannkuchen
12.-13.08.	09618 Brand-Erbisdorf (Sachsen)	Andreas Kreutzfeldt
12.-13.08.	14656 Brieselang b. Berlin	Elvira Hagen
19.-20.08.	49733 Haren	Beate van Dülmen
19.-20.08.	30853 Langenhagen	Angela Münkel
25.-26.08.	59427 Unna	Gabriele Esser *(Fr/Sa) im Anschluss Klangmassage II*
26.-27.08.	97292 Holzkirchen/Benediktushof	Kerstin von Heßberg
26.-27.08.	50668 Köln	Dr. Bianka Petzelberger

September

01.-02.09.	48301 Nottuln	Heike Haverbeck
09.-10.09.	20144 Hamburg	Angelika Meisner
09.-10.09.	91180 Schloßberg/b.Nürnberg	Kerstin von Heßberg
16.-17.09.	29459 Beseland-Wendland	Angela Münkel
16.-17.09.	01324 Dresden	Petra Sillmann
16.-17.09.	47809 Krefeld	Martina Spanier
23.-24.09.	24113 Kiel	Nico Freis
23.-24.09.	97532 Schweinfurt	Alexandra Nernosi

Oktober

07.-08.10.	10823 Berlin	Anita Böttcher u./o. Eva-Maria Hähnel
07.-08.10.	64342 Malchen b. Darmstadt	Connie Henning
07.-08.10.	76227 Karlsruhe	Elke Olivia Hermann
07.-08.10.	97638 Mellrichstadt	Doris Knahl
07.-08.10.	80809 München	Günter Stadler
14.-15.10.	04838 Eilenburg	Klaus-Dieter Adam
14.-15.10.	87448 Waltenhofen	Vera Felsing
19.-20.10.	39108 Magdeburg	Kerstin Wöhlbier *(Do/Fr)*
21.-22.10.	34369 Hofgeismar	Shirley Bothert-Vega

November

04.-05.11.	27305 Uenzen	Mareile Wägner
10.-11.11.	33014 Bad Driburg	Angelika Rieckmann *(Fr/Sa) im Anschluss Klangmassage II*
11.-12.11.	91180 Schloßberg/b.Nürnberg	Kerstin von Heßberg
17.-18.11.	42329 Wuppertal	Maria Schmidt-Fieber *(Fr/Sa) im Anschluss Klangmassage II*
18.-19.11.	60313 Frankfurt/M.	Simone Westholt-Smith
18.-19.11.	30853 Langenhagen	Angela Münkel
25.-26.11.	71640 Ludwigsburg	Beate Pihale

Dezember

02.-03.12.	10823 Berlin	Eva-Maria Hähnel u. /o. Anita Böttcher
02.-03.12.	40721 Hilden	Norbert Kasprowski
09.-10.12.	97532 Schweinfurt	Alexandra Nernosi
09.-10.12.	59427 Unna	Gabriele Esser

Klangmassage bei den Profis lernen!
Das Peter Hess® Institut (PHI)

Wir vom Peter Hess® Institut (PHI) vermitteln die Klangmassage seit über 30 Jahren und in mehr als 20 Ländern der Welt. Sollten Sie selbst die Klangmassage erlernen wollen, können Sie bei uns entweder mit dem Einstiegsseminar „Klangmassage I – die eigene Mitte stärken" (vgl. S. 28) beginnen oder unsere 8-tägige „Klangmassage-Intensivausbildung" (vgl. S. 36) besuchen. Zudem gibt es einige Kombinationsseminare, bei denen die Inhalte aus dem Seminar „Klangmassage I" mit anderen Themen wie Gesundheitsprävention, Fantasiereisen oder Klangyoga verbunden werden.

Qualifiziert und sicher in die Praxis gehen

Uns ist es eine Herzensangelegenheit, dass die bei uns ausgebildeten Peter Hess®-KlangmassagepraktikerInnen die wertvolle Methode der Klangmassage sicher und qualifiziert anbieten können. Je nach Bedürfnis und Zielsetzung unserer Teilnehmer bieten wir daher zwei Varianten für den Abschluss als „Peter Hess®-Klangmassagepraktiker" an:

- Unser Basisabschluss mit 84 Stunden (in der Übersicht auf S. 35 die braunen Kästchen) richtet sich eher an Menschen, die die Klangmassage für sich selbst und im privaten Rahmen nutzen möchten.
- Diejenigen, die die Klangmassagen professionell anbieten oder in ihr Berufsfeld integrieren möchten, können bei uns einen erweiterten Abschluss mit 100 Stunden (in der Übersicht auf S. 35 die grünen Kästchen) absolvieren.
  Wir sind stolz darauf, dass dieser vom Europäischen Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V. (FV) zertifizierte erweiterte Abschluss den hohen Qualitäts- und Ethikrichtlinien des Dachverbandes für Freien Gesundheitsberufe (FG) entspricht, dem der FV angeschlossen ist.
  Dieser Ausbildungsabschluss ist zudem durch die Steinbeis-Hochschule Berlin zertifiziert, sodass man zusätzlich ein Hochschulzertifikat erwerben kann.

Fundiertes Hintergrundwissen über die Wirkung von Klängen, umfassende Selbsterfahrung und ein seriöser und verantwortungsvoller Umgang mit den Klienten haben einen hohen Stellenwert im Rahmen unserer Ausbildung. Dazu gehört auch die Klarheit über die Zielsetzung des Einsatzes der Klangmassage: Alle Ausgebildeten werden qualifiziert, professionell Klangmassage zur Entspannung zu geben. Fachleute mit anerkannten Abschlüssen dürfen die Klangmassage auch therapeutisch einsetzen.

Die Ausbildung in der Peter Hess®-Klangmassage auf einen Blick

Im Laufe von drei Jahrzehnten entstanden am PHI drei Ausbildungswege – je nach Vorlieben, zeitlichen Möglichkeiten und Bedürfnissen unserer Teilnehmer. Alle Formen der Ausbildung basieren auf dem einheitlichen Curriculum. Vor dem Abschluss werden die Seminarinhalte vertieft bzw. ergänzt durch: das Selbststudium der Skripte und Fachliteratur, Übungsklangmassagen (Praktika) nach jeder Seminareinheit sowie 3 Ausbildungsklangmassagen (diese sind vor dem Abschlussseminar bei dafür vom PHI autorisierten Peter Hess®-Klangmassagepraktikern zu nehmen).

Wir bieten Ihnen folgende drei Ausbildungswege an:

Ausbildung in 4 bzw. 5 Schritten

Klang-massage I	+	Klang-massage II	+	Klangmassage III+IV	+	Abschluss-seminar PHI-Zertifikat	+	Aufbauseminar: Individuelle Klangmassage FV-Zertifikat mit „Berufsbezeichnung" mögl.
16 Std.		16 Std.		32 Std.		20 Std.		
220 €		220 €		440 €		310 €		220 €

Ausbildung in 3 bzw. 4 Schritten – Blockausbildung

Klangmassage I+II	+	Klangmassage III+IV	+	Abschluss-seminar PHI-Zertifikat	+	Aufbauseminar: Individuelle Klangmassage FV-Zertifikat mit „Berufsbezeichnung" mögl.
32 Std.		32 Std.		20 Std.		
440 €		440 €		310 €		220 €

Ausbildung in 2 bzw. 3 Schritten – Intensivausbildung

Intensivausbildung 64 Std.	+	Abschluss-seminar 20 Std. PHI-Zertifikat	+	Aufbauseminar: Individuelle Klangmassage FV-Zertifikat mit „Berufsbezeichnung" mögl.
860 €		310 €		220 €

Ausführliche Informationen zu den einzelnen Seminaren finden Sie auf unserer Website: www.peter-hess-institut.de

Seminarwoche: Klangmassage-Intensivausbildung

Umfang: 64 Stunden, Kursgebühr: 860 €
(13-tägigen Intensivausbildung auf der griechischen Insel Ikaria 990 €)

Eine besonders intensive Klangerfahrung ist, wie die Bezeichnung schon verrät, unsere 8-tägige Klangmassage-Intensivausbildung, die auch als Urlaubskurs an besonders schönen Plätzen wie der Nordseeinsel Langeoog oder der griechischen Insel Ikaria angeboten wird. Eine Woche lang intensiv in die Welt der Klänge eintauchen – ganz bei sich sein, vielfältige Erfahrungen sammeln und dabei die Basis-Klangmassage und die Individuelle Klangmassage Schritt für Schritt erlernen.
Wer den Abschluss als Peter Hess®-KlangmassagepraktikerIn erwerben möchte, kann etwa 3 Monate nach dieser Woche das dazugehörige Abschlussseminar (mit Supervision) besuchen.

Ein unvergessliches Erlebnis: Klangmassage am Meer bei der Intensivausbildung auf der wunderschönen griechischen Insel Ikaria.

Termine für die Klangmassage-Intensivausbildung 2017

Termin	Ort	Termin Abschlussseminar
10.–17.03. 2017	36129 Gersfeld/Rhön	21.–23.07.2017
18.–24.03.2017	33649 Bielefeld	07.–09.07.2017
21.–28.04.2017	36129 Gersfeld/Rhön	01.–03.09.2017
28.04.–05.05 2017	27333 Schweringen bei Nienburg a.d.Weser *mit Englisch-Übersetzung*	01.–04.09.2017
28.05.–05.06.2017	36129 Gersfeld/Rhön	02.–05.11.2017
10.–23.06.2017	Ikaria/Griechenland	06.–08.10.2017 *in 27333 Schweringen*
26.06.–02.07.2017	45721 Haltern a. See	06.–08.10.2017
21.–28.07.2017	48301 Nottuln	10.–12.11.2017
29.07.–05.08.2017	09618 Brand-Erbisdorf	16.–18.02.2018
11.–18.08.2017	85253 Erdweg	19.–21.01.2018
18.–25.08.2017	27333 Schweringen bei Nienburg a.d. Weser	24.–26.11. 2017
25.08.–01.09.2017	36129 Gersfeld/Rhön	26.–28.01.2018
01.–10.09.2017	26465 Langeoog	02.–04.02.2018 *in 27333 Schweringen*
27.10.–03.11.2017	36129 Gersfeld/Rhön	02.–04.03.2018
10.–17.11.2017	27333 Schweringen bei Nienburg a.d. Weser	13.–15.04.2018

Hinweis

Für dieses Seminar kann z.B. in NRW Bildungsurlaub beantragt werden!

Klang-Seminare – ein Geschenk an sich selbst!

„Ich bin so froh, dass ich mir diese wunderbare Erfahrung gegönnt habe!"
„Das war besser als eine Woche Wellness-Urlaub!"
„Für mich war das ein Coaching in Sachen Lebensgestaltung!"
„Alles schwingt in mir!"

Solche und ähnliche Aussagen hören ich (Peter Hess) und meine MitarbeiterInnen immer wieder in der Abschlussrunde unserer Seminare. Für uns sind solche Rückmeldungen die schönste Bestätigung für unsere Arbeit. Es ist immer eine Freude, zu sehen, wie Menschen durch die intensiven Erfahrungen mit den Klängen und getragen durch uns Seminarleiter und die Gruppe manchmal regelrecht aufblühen, wie es Tobias Witzenberger in seiner Rückmeldung nach einer Klangmassage-Intensivausbildung beschrieben hat:

„Bei diesem Seminar habe ich gespürt, dass ich wie bei einer Blume viele verschlossene Knospen habe. Täglich sind diese immer mehr aufgeblüht und ich begann, vollkommen aus meinem Herzen zu strahlen. Jetzt bin ich aufgeblüht wie im Frühling und durch die Gruppe sowie Peter und Emily (Seminarleitung) konnte ich im kräftigen Nährboden wachsen."

Ich vergleiche die Seminarerfahrung gerne mit einer wundervollen und spannenden Abenteuerreise. Die Erfahrungen, die Sie hier machen, werden Ihr Leben positiv verändern. Also Vorsicht: Sie werden sicherer, klarer und fröhlicher herauskommen als Sie in diese „Abenteuerreise Klangerfahrung" hineingegangen sind. Oft berichten mir die Seminarteilnehmer, dass Sie neue und wertvolle Ziele für Ihr privates und berufliches Leben gefasst haben, so wie Beate Thorbeck:

„An diesem besonderen Ort habe ich einen Prozess durchlebt, der mir viele Erfahrungen und Erkenntnisse geschenkt hat – man kann sagen: wegweisende Erkenntnisse, denn die Klangschalen mit ihren unendlich vielen Einsatzmöglichkeiten geben mir selber und auch meinem Beruf neue Perspektiven."

Aus einer Umfrage bei mehr als 260 Klangmassage-Ausgebildeten und aus den Rückmeldungen unserer Seminarteilnehmerinnen und Seminarteilnehmer wird mir immer wieder deutlich, dass der persönliche Wert der Klang-Seminare gar nicht hoch genug eingeschätzt werden kann. So werden die Klangschalen nach solch einem Seminar für viele Menschen zu einem wertvollen Begleiter, den sie nicht mehr missen möchten:

„Ich kann mich jetzt durch Klang darauf verlassen, schnell und effektiv zu mir selbst zu kommen. Die intensive Erfahrung, dass „mein Kern/mein Innerstes" eine individuelle + universelle Weisheit in sich trägt. Durch Klang komme ich mit mir und dadurch mit allen + allem in Verbindung, in Einklang."
(Daniel Brunner)

„Die Klangmassage ist eine Erfahrung, die mich von nun an mein ganzes Leben lang begleiten wird – und die ich mit Freude in die Welt tragen werde. Eine Woche zum Kraft sammeln, Urvertrauen stärken und wundervolle neue Fähigkeiten erlernen." (Christiane Bornhak)

Besuchen Sie doch mal unsere PHI-Mediathek!

Hier finden Sie Erfahrungs- und Presseberichte,

Forschungsberichte, Filmbeiträge u.v.m.

www.peter-hess-institut.de

Fantasiereisen und Klang – eine perfekte Kombination

Haben Sie schon mal eine klangbegleitete Fantasiereise erlebt? Wenn ja, haben Sie vielleicht auch erlebt, wie die Verbindung von Fantasiereisen und Klang ihre ganz besondere Wirkung entfaltet, die tief berührt.

Fantasiereisen lenken unsere Aufmerksamkeit, sprechen unsere Fantasie und Kreativität an und können in uns innere Bilder entstehen lassen, positive Gefühle wachrufen und uns so Wohlbefinden und Erholung schenken. Die harmonischen Klänge von Klangschalen (und Gongs) unterstützen diesen Prozess auf einmalige Weise und lassen eine ganz besondere Atmosphäre der Leichtigkeit, Tiefe und Gemeinschaft entstehen.

Fantasiereisen, die oft auch als Traumreisen bezeichnet werden, können sich an Menschen jeden Alters richten und verschiedene Zielsetzungen bzw. Themen haben:

- Sich-einfach-nur-wohl-fühlen
- Eine entspannende Auszeit vom Alltag
- Zugang zu (ungenutzten) Ressourcen aktivieren
- Lernprozesse verstärken
- Kreativität anregen
- (Neue) Lösungen für Probleme finden
- Gesundheit stärken
- Genesungsprozesse unterstützen
- u.v.m.

Klang, Sprache und die entstehenden „inneren Bilder" und Gefühle verschmelzen bei klangbegleiteten Fantasiereisen zu einem kraftvollen Erlebnis, das nachhaltig in unseren Alltag hineinwirken und unser Leben positiv beeinflussen kann. Probieren Sie es einfach mal aus!

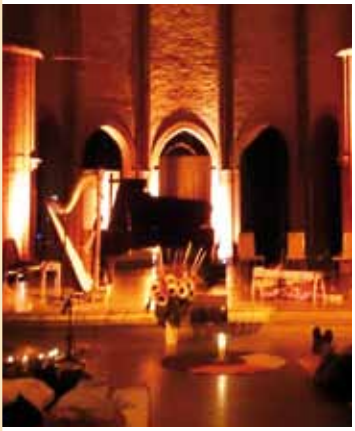
Hinweis – Fantasiereisen in Ihrer Nähe:

Auf unseren PHI Regional-Websiten (vgl. S. 6) finden Sie sicher auch Termine von Klang-/Fantasiereise in Ihrer Nähe.

Klingender September 2017

Mehr als 100 Klangprofis bringen mit zahlreichen Klang-Events Deutschland einen Monat lang zum Klingen

Unter dem Motto „Klingender September" wird es auch 2017 wieder eine Vielzahl an Klang-Events in ganz Deutschland geben. Das bunt gefächerte Programm bietet für jeden Klanginteressierten eine Fülle an Möglichkeiten, um in die Welt der Klänge einzutauchen. Es reicht von Vorträgen über Klangentspannungsabende, Konzerte, Meditationen und Fantasiereisen bis hin zu Workshops und Seminaren. Viele der Events finden auch an besonders schönen Plätzen in der Natur statt oder sind als Benefizveranstaltungen organisiert und unterstützen lokale Projekte.



Seminar: Fantasiereisen I

Klangräume gestalten – Geschichten, Meditationen und Gedichte wirkungsvoll umrahmen

- **27.–29.01.2017 im Peter Hess® Zentrum Brand-Erbisdorf**
- **17.–19.02.2017 im Peter Hess® Zentrum Nottuln**
- **15.–16.07.2017 in Ludwigsburg**
- **08.–10.09.2017 in Erdweg bei München**

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Dieses Seminar richtet sich an alle, die gerne Geschichten erzählen, Meditationen und lyrische Texte vortragen oder mit Imaginationen in Einzelsettings, Gruppen oder als Coach für unterschiedliche Belange arbeiten möchten.

In diesem Seminar erleben Sie die tiefgehende und wohltuende Wirkung, die von klangbegleiteten Fantasiereisen und Texten ausgeht. Sie lernen, die Wirkung der Texte durch den kreativen Einsatz von Klangschalen und Gongs gezielt zu vertiefen.

Beim Vortragen von Fantasiereisen, Geschichten oder Lyrik spielen die Bewegung des Sprachflusses im Hör- bzw. Leseprozess eine wichtige Rolle. Dieser so wichtige Rhythmus unseres Vortrags kann wesentlich durch Klänge unterstützt werden, z.B. durch Tempoveränderungen, Tonhöhe, Lautstärke oder auch Pausen. Hier gibt es vielfältige Möglichkeiten, die die Worte zum Leben erwecken. Dies macht die Verbindung von Fantasiereisen und Klang auch so besonders. Denn die harmonischen Klänge der Klangschalen, die sich im Zusammenspiel zu einem einmaligen „Klangteppich" verweben, lassen unseren Körper schnell entspannen und unseren Geist zur Ruhe kommen. So entsteht Raum für den Prozess der Imagination. Also den Prozess, bei dem in unserem Bewusstsein sogenannte „innere Bilder" sowie Gefühle und Gedanken wachgerufen werden. Entspannung ist hierbei eine zentrale Voraussetzung.

Was dürfen Sie von diesem Seminar erwarten?

- In lebendiger Atmosphäre wird Ihnen praxisnah in vielen Übungssequenzen vermittelt, wunderschöne „Klangfarben" zu gestalten, durch die Ihre und unsere Geschichten besonders nachhaltig erklingen.
- So werden Sie erleben und erlernen, wie Sie mit (noch mehr) Spaß und Leichtigkeit Fantasiereisen, Geschichten, Märchen oder Poesie lebendig und wirkungsvoller werden lassen können.

- Die vielseitigen Klangfarben eignen sich auch hervorragend zur Vertonung von Meditationen oder Gedichten, um der jeweiligen Intention mehr Ausdruck zu verleihen.
- Hierbei kommt dem Einsatz der Sangha-Meditationsklangschalen eine besondere Bedeutung zu.
- Ergänzt wird das Seminar durch Anregungen und Tipps zur Gestaltung eines professionellen Angebots.
- Natürlich tragen die klingenden Fantasiereisen auch zu Ihrer persönlichen Erholung bei.
- Selbsterfahrung, Reflexion, Übungseinheiten und Theorie wechseln hierbei ab.

Urlaubsseminare auf der Nordseeinsel Langeoog

Kombinationsseminare

- **Klangmassage I + Fantasiereisen I vom 10.–14.07.2017**
  Umfang: 32 Stunden, Kursgebühr 380 €

- **Klangmassage I + Fantasiereisen I+II**
  vom 08.–09.05.2017 und vom 15.–20.05.2017
  Umfang: 48 Stunden, Kursgebühr 660 €

Buch-Tipps

Im Land des Klangzaubers
Eine wunderbare Sammlung von heiteren, nachdenklichen, märchenhaften Kurzgeschichten inspiriert durch die Klänge von Klangschalen.
von Martina Jaekel
Verlag Peter Hess, 2. überarb. Auflage 2013,
125 S., 9,90 €

Klänge gehen auf die Reise
Berührende Geschichten – aus der jahrelangen Erfahrung einer Lehrerin.
von Irmingard Philipow, Verlag Peter Hess, 2011, ca. 65 S., 16,80 €

CD-Tipp

Die heilende Kraft der Klangmassage
von Peter Hess, Irisana Verlag, 2012
(Hörbuch CD, 20 S. Booklet, Laufzeit 63 Min.), 12,99 €

Kostenlose Lese- und Hörproben finden Sie auf www.verlag-peter-hess.de

Yoga und Klang verschmelzen beim Emily Hess®-Klangyoga zu einer wundervollen Erfahrung

„Die Erfahrung von Yoga-Klangmeditation, Yoga-Klangmassage und Yoga-Klangentspannung ist ein zutiefst freudvolles Erlebnis, das leicht und beschwingt in die Seele der Menschen hineinströmt und sie verführt. Emily Hess gelingt es, das Hineingleiten in die Asanas zu einer andächtigen und bewegenden Prozession zu machen, ähnlich einem Gebet, das sich körperlich ausdrückt. So gewinnen die Teilnehmer ein tiefes, ursprüngliches Vertrauen in die Fähigkeiten ihres Körpers zurück und erstarken in der Haltung, die ihr Atem zulässt. Ein lächelndes Hineinsinken in die Haltungen und ein kraftvolles Zusichstehen sind die Geschenke, die sie überreicht bekommen und mit denen sie beseelt nach Hause gehen dürfen. Glück und Freude sind Synonyme für diese neue Schwingung, Zufriedenheit auf tiefster Ebene das Ergebnis.", so beschreibt Doris Iding ihre Erfahrung mit dem Emily Hess®-Klangyoga in einem Beitrag der Fachzeitschrift Klang-Massage-Therapie 11/2016.

Die spielerische Leichtigkeit dieses Yoga-Stils spricht nicht nur unser „Inneres Kind" an, sondern auch Kinder im Allgemeinen. So ist in Zusammenarbeit mit der Kinderyogalehrerin Tina Buch das Emily Hess®-Klangyoga für Kinder entstanden.
Emily Hess bietet am PHI auch Weiterbildungen für Yoga-Lehrer an und eine Ausbildung für solche, die es werden wollen.

www.emilyhess-klangyoga.com

Seminar: Emily Hess®-Klangyoga Retreat

für Yoga-Erfahrene

- **31.03.–02.04.2017**
  im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg a.d. Weser
- **02.–04.06.2017 in der Rhön-Akademie in Gersfeld/Rhön**
  (im Rahmen der Pfingstseminartage, 240 €)
- **07.–09.07.2017 in Gegenbach bei Offenburg**
- **24.–26.11.2017 in Bad Meinberg**

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

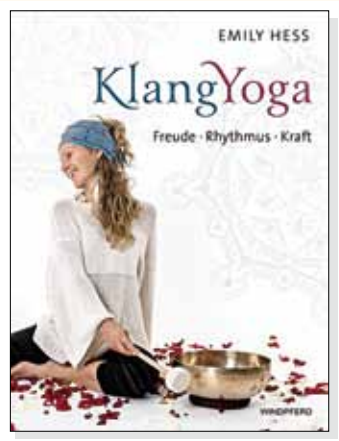
Der Klang schafft eine Verbindung von Seele zu Seele

In schöner Umgebung mit Gleichgesinnten ein paar Tage nur für sich selbst erleben – das ist die Einladung dieses Retreat an Sie. Zeit zu haben zu entspannen, die Seele baumeln lassen mit 2x täglich Klangyoga, Klangmeditationen und Klangkörpererfahrungen und schönen Gesprächen ist wunderbar für die Gesundheit und auch, um vielleicht neue Entscheidungen treffen zu können für Ihr Leben. Manchmal brauchen wir einfach auch einmal Zeit für uns!

Unser eigener uranfänglicher Klang in all unseren Geweben, Muskeln, Knochen, Organen, Lymphen und Nerven wird durch die Klänge der Klangschalen und Gongs in seiner Tiefe neu erweckt. Die jeder Zelle innewohnende Lebensenergie wird so zum Schwingen gebracht, dass sie sinnlich erfahrbar wird. Den Körper vorbereiten auf die Asanas in der Ruhe und inneren Bewegung, die durch die Klänge erzeugt wird, vertieft die Wirkung der yogischen Asana. Die Yogapraxis ist heilsam und ruhig. Sie wird ergänzt durch vitalisierenden Trance-Dance.
Die Verbindung von Yoga und Klang hat eine wunderbare Detox-Wirkung.

Urlaubsseminar:
Klangmassage I + Emily Hess®-Klangyoga Retreat
vom 08.–13.10.2017 (dazwischen 2 Tage frei)
auf der griechischen Insel Kreta
Umfang: 32 Stunden, Kursgebühr 490 €

Buch-Tipps



KlangYoga

Freude · Rhythmus · Kraft

Der Weg zur inneren Freiheit
von Emily Hess
Windpferdverlag, 2016, 136 S., 16,95 €

Klangyoga für Kinder

von Tina Buch
erscheint 2017 im Verlag Peter Hess,
136 Seiten, 16,95 €

Seminar: Urvertrauen – Wandlung

„Einklang für Körper und Seele“

- **23.–26.02.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg a.d. Weser**
- **16.–19.03.2017 im Peter Hess® Zentrum in Brand-Erbisdorf**
- **18.–21.05.2017 im Peter Hess® Zentrum in Nottuln**
- **14.–17.07.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg a.d. Weser**
- **14.–17.09.2017 im Peter Hess® Zentrum in Brand-Erbisdorf**

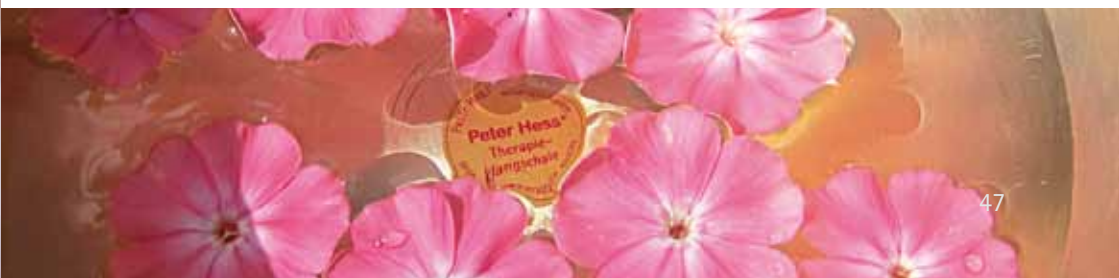
Umfang: 24 Stunden, Kursgebühr: 310 €

Urvertrauen meint in Kontext dieses Seminars, entspannt und locker mit den eigenen Gefühlen im Kontakt zu sein. Sich selber in seinem Ja zum Leben wahrzunehmen, darin möchten die Klangmethoden aus der Klangpädagogik unterstützen.

Was dürfen Sie von diesem Seminar erwarten?

- In diesem Seminar können Sie für sich einen Weg finden, aus einer wiedergefundenen Sicherheit heraus Entscheidungen für das Leben kraftvoll zu treffen.
- Die Klänge und ihr kreativer Einsatz ermöglichen eine positive Einstellung zu sich selber.
- Die Präsenz des Körperbewusstseins wahrzunehmen und zu fördern, ermöglichen innere Achtsamkeit. Jeder Körper reagiert in einer Stresssituation mit Anspannung. Manchmal wird diese nur sehr langsam wieder abgebaut oder verbleibt im Körper. Durch die Lösung der Verspannungen auf der körperlichen Ebene werden die ursprünglichen Kräfte der Seele wieder frei.

Das ist das Besondere der Klangpädagogischen Methoden, zu denen dieses Seminarkonzept zählt: Die Verbindung des Körperbewusstseins mit kreativen KLANGräumen, die neues Erleben geschehen lassen. Menschen auf dem Weg zum Urvertrauen – zu ihrem JA zum Leben zu begleiten, das ist unser Wunsch! Und vielleicht auch Ihr Wunsch. Denn natürlich wird jeder Klangraum so angeleitet, dass Sie alle Settings mit Ihren Klienten, Patienten, Gruppen oder in der Klangyogatherapie sicher anwenden können.



Seminar: Atem, Körpertherapie und Klangmassage

- **10.–14.05.2017 in der Rhön-Akademie, Gersfeld/Rhön**
- **18.–22.10.2017 in der Rhön-Akademie, Gersfeld/Rhön**

Umfang: 32 Stunden, Kursgebühr: 405 €

Wenn wir mit anderen Menschen arbeiten, sind wir verpflichtet, uns selbst zu erfahren, zu klären, die eigenen Ressourcen zu erkennen und zu aktivieren. Ebenso unsere Mitte in uns zu finden, die die Quelle der Lebensenergie ist. Über die Atemarbeit erfahren wir diese Qualitäten in uns, erfahren die Durchlässigkeit des Körpers, der uns mit unseren tiefen Kräften verbindet. Da wir mit anderen Menschen arbeiten (Gespräche, Fantasiereise, Klangeinstimmung), ist es sehr wichtig, unsere Stimme zu befreien und sie schwingen zu lassen. Dies erreichen wir durchs Tönen und angebrachte Sprachübungen. Kurze Texte können herausgearbeitet und mit Klangbegleitung Anwendung finden. Elemente der Arbeit sind:

- Der erfahrbare Atem, Tönen, Klang, Heilenergiearbeit
- Die Arbeit am physischen und den feinstofflichen Körpern

Seminar: Bewegende Klänge

Tanz trifft Klang in der Tanz- und Bewegungstherapie

21.–22.10.2017 in Dresden

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Klang trifft Tanz, ist die sanfte Korrespondenz zwischen Klang und Körper, welche im Tanz letztendlich ihren Ausdruck findet.

In diesem Seminar lernen Sie die Verbindung von Klangelementen und tanztherapeutischen Methoden kennen. Durch gezielten, kreativen Einsatz der Klänge (Klangschalen, Zimbeln, Gong) kommt es zu einer sich gegenseitig verstärkenden, unterstützenden und ergänzenden Wirkung. Welches Klangelement passt zu welcher Methode und warum.

Das Seminar zeichnet sich durch lebendiges Lernen in Form von Selbsterfahrung im Einsatz von Klang/Tanz Elementen sowie Freude und Neugier auf die Vielfalt der Einsatzbereiche aus. Zusätzliche Wissensvermittlung durch Theorie-Praxisverschränkung, Austausch und gezielte Übungssequenzen ermöglichen den Seminarteilnehmern das selbstständige, kreative gestalten einer eigenen Unterrichtseinheit.

Seminar:
Der Tanz mit dem Klang – Qi Gong mit der Klangschale

21.–23.07.2017 in der Rhön-Akademie in Gersfeld/Rhön

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Sie lieben Klänge und möchten mit diesen gezielter an und mit sich selbst arbeiten? In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie mit Klängen auf eine faszinierende Art tief in die Energieschichten Ihres eigenen Körpers einwirken, und Sie brauchen keine Hilfestellung dazu. Sie bewegen sich in und mit dem Klang und erfahren dabei eine andere Seinsebene.

Beim Qi Gong werden Übungen des bewussten Atmens mit sanft fließenden Bewegungen zur Harmonisierung und Regulierung des Energie-Flusses im Körper zusammengeführt. Der meditative Charakter dieser Konzentrationsübungen im eigenen Klangfeld vertieft diese Erfahrung und führt in eine kraftvolle Entspannung.

Was dürfen Sie von diesem Seminar erwarten?

- Tauchen Sie ein in die Grundlagen des Qi Gong
- Lernen Sie, mit dem Atem, Energie und Bewegung zu steuern
- Erfahren Sie, wie sich Bewegung, Klang und Atem koordinieren lassen
- Begegnen Sie der Leichtigkeit der Bewegung, getragen von Klang und Atem
- Lassen Sie sich beflügeln von sanfter Anmut und kraftvoller Lebensfreude

Schönheit, die von innen kommt! – Klang ist Wellness für die Seele

„*Das war wie Wellness für die Seele*“, diese oder ähnliche Rückmeldungen bekommen Kosmetikerinnen, die die Klänge in ihr Angebot integrieren immer wieder. Sie selbst beschreiben häufig, dass die Behandlungen durch den gezielten Einsatz der Klangschalen viel harmonischer, ruhiger und effektiver verlaufen. So ist es nicht verwunderlich, dass die bronzenen Schalen aus Nepal oder Indien in vielen Beauty-, Wellness- und Spa-Einrichtungen ihren festen Platz gefunden haben. Dieses besondere Entspannungs- und Wohlfühlangebot stellt einen willkommenen Ausgleich zu Stress und Hektik des Alltags dar und wird sehr gerne angenommen. Denn, wie wir alle wissen, wahre Schönheit kommt von innen!

„Vor allem im Kosmetik- und Wellnessbereich kommen ständig neue Behandlungs- bzw. Massagemethoden auf den Markt. Die Peter Hess®-Klangmassage stellt hier für mich eine Besonderheit dar. Seit meiner Ausbildung in dieser Methode haben die Klangschalen einen festen Platz in meinem Kosmetikstudio bekommen.“ (Rose-Marie Falter in der Fachzeitschrift KLANG-MASSAGE-THERAPIE)

Die tiefe Entspannung, die die Kundinnen durch die Klänge erfahren, verstärkt die Wirkung herkömmlicher Behandlungen. Klang und Kosmetik verbinden sich zu einem ganzheitlichen Angebot, bei dem es um viel mehr als äußere Schönheit geht. Es geht um das (Wieder-) Finden von Balance, Entspannung und Lebensfreude.

Neben den hörbaren, harmonischen Klängen einer Klangschale können ihre Schwingungen gezielt in Kosmetikbehandlungen genutzt werden. Manche Kosmetikerinnen schwören z.B. darauf, das Wasser für die Gesichtsbehandlung vorab in einer Klangschale zu „energetisieren“. Kleine Klangschalen werden im Gesichtsbereich verwendet, um vor der Behandlung die Mus-

kulatur zu lockern – der entspannende Effekt ist oft sofort sichtbar. Auf diese Weise kann nicht nur die Wirkung der Produkte verstärkt werden, sondern durch die feinen Schwingungen wird auch ein besserer Abtransport der Lymphe begünstigt.

Viele Kundinnen beschreiben es als „das Highlight", wenn sie in der Maskenpause, die Klänge genießen dürfen. Sehr beliebt ist dabei die Klangentspannung für den Bauchbereich, bei der eine tief klingende Beckenschale verwendet wird. Sie wird etwas unterhalb des Bauchnabels, auf der Höhe des Solarplexus positioniert und behutsam angeklungen (vgl. S. 14). Dieser Bereich, der vom größten Nervenknotengeflecht des vegetativen Nervensystems durchzogen ist, reagiert sehr sensible auf Stress und Anspannung. Daher werden hier die sich sanft ausbreitenden Klangschwingungen oft als besonders wohltuend empfunden. Die Klänge setzen sich in gleichmäßigen Wellen im Körper fort und lockern das gesamte Gewebe – so wie ein Stein, der in einen Teich geworfen wird, konzentrische Kreise hervorruft und letztlich das gesamte Wasser in Bewegung bringt. Diese Art der „Massage" wirkt tief in den Körper, bis auf Zellebene. Regeneration auf allen Ebenen kann geschehen.

Aber auch im Rahmen von Maniküre- oder Pediküre-Anwendungen können die Klangschalen ein wunderbares Angebot sein. Die Hände oder Füße im warmen und mit ätherischen Ölen angereicherten Wasser zu baden und dabei die sanften Schwingungen zu spüren, die von der klingenden Schale ausgehen, das ist „Entspannung pur"! Solch ein Wasser-Klang-Bad hat sowohl einen entspannende, wie auch belebende Effekt – durch die Durchblutung fördernde Wirkung der Schwingungen. Dies schätzen vor allem Menschen, die häufig unter kalten Händen oder Füßen leiden.

In Wellness-Hotels werden aber nicht nur Einzelsitzungen mit Klang angeboten, sondern auch Klang- und Fantasiereisen für Gruppen (vgl. S. 40/42). In einer angenehmen Atmosphäre den harmonischen Klängen und einer angenehmen Erzählstimme folgend, erleben viele Gäste die „Wohlfühlreisen" als einen besonderen Höhepunkt ihres Aufenthalts. Bei schönem Wetter können solche Angebote natürlich auch im Freien angeboten werden, wie am Strand der Nordseeinsel Langeoog, der „heimlichen Klanginsel".

Die Klänge tun aber nicht nur den Kundinnen gut, sondern immer auch der Anwenderin selbst – ein wunderbarer „Nebeneffekt" des Klangangebotes!

Kosmetik & Klang

Ein Tagesseminar für Kosmetikerinnen

Umfang: 7 Stunden, Kursgebühr: 95 €

Anmeldungen bitte direkt bei den Seminarleiterinnen.

Sie möchten Ihren Kunden etwas Besonderes bieten? Neue Impulse für Ihr Arbeitsfeld bekommen? Eine Behandlung entdecken - die den Kunden berührt und ganzheitlich erreicht?
Die Anwendung von Klangschalen in der Kosmetik ist eine perfekte Möglichkeit, Ihren Kunden Entspannung und Wohlbefinden anzubieten. Diese sind wesentliche Faktoren für den Erfolg einer Behandlung. Bieten Sie ein Wohlfühlerlebnis, das individuell und ganzheitlich anspricht.

In unserem eintägigen Praxisseminar lernen Sie Klangschalen und Elemente der Peter Hess®-Klangmassage kennen. Unter fachkundiger Anleitung sammeln Sie erste Erfahrungen mit den Klangschalen. Sie erlernen konkrete Klangübungen und erfahren in einer Partnerübung, unter Anleitung, eine Klangentspannung.

Ein ganz besonderes Augenmerk werden wir auf die Einsatzmöglichkeit der sogenannten „Dekolleté-Klangschale" richten. Die zarte Vibration dieser Schale stimuliert die Thymusdrüse, die ganz wesentlich am Aufbau des Immunsystems beteiligt ist.

Die körpereigene Kollagenbildung wird unterstützt, die Hautporen öffnen sich und die Wirkstoffe der Pflegeprodukte können besser einwirken.
Zusätzlich werden einzelne Klanganwendungen vorgestellt, die Sie individuell in Ihre Kosmetikbehandlung integrieren können. Das Erlernte ist für Sie direkt in Ihrer Praxis umsetzbar.

Termine 2017

22.04.2017 (Sa)	im Peter Hess® Zentrum in Brand-Erbisdorf/Sachsen mit Kerstin Kreutzfeldt · Tel.: 0176 22203909
24.04.2017 (Mo)	Unterzeitlbach b. München mit Elisabeth Stadler · Tel.: 08254 1703
30.04.2017 (So)	Hilden mit Susanne Adolfs · Tel.: 02103 242007
08.05.2017 (Mo)	im Peter Hess® Zentrum in Schweringen b. Nienburg mit Claudia Keskinen · Tel.: 04257 983238
11.11.2017 (Sa)	im Peter Hess® Zentrum in Brand-Erbisdorf/Sachsen mit Kerstin Kreutzfeldt · Tel.: 0176 22203909
20.11.2017 (Mo)	Unterzeitlbach b. München mit Elisabeth Stadler · Tel.: 08254 1703
25.11.2017 (Sa)	im Peter Hess® Zentrum in Schweringen b. Nienburg mit Claudia Keskinen · Tel.: 04257 983238

Das Seminar ist selbstverständlich auch als Inhouse-Schulung buchbar.

Luxus-Wochenend-Workshop mit „Meerwert" auf Langeoog

Kosmetik & Klang – Wohlfühlen, Lernen und Genießen am Kaminofen

Termin: 12.–14. Januar 2018 (Fr–So)

Unterrichtszeiten:
- **Fr. 19.30–21.00 Uhr** Einstimmung und Ankommen
- **Sa. 10–13 und 16–19 Uhr** *(für Begleitpersonen wird eine Inselerkundung auf Soul-Fahrrädern zu Sonderkonditionen angeboten)*
- **So. 11–12 Uhr** Stimmungsvoller Ausklang des Wochenendes *(Begleitpersonen herzlich willkommen)*

Kursgebühr: 125,00 € pro Person (ohne Unterkunft/Verpflegung)
Anmeldung unter: E-Mail: friederike.depping@peter-hess-institut.de · Tel.: 0177 7162194

Das PHI auf Messen, Kongressen und Fachtagungen

Besuchen Sie uns doch auf einer der Messen, Kongresse oder Fachtagungen, auf denen wir 2017 vertreten sind:

Datum	Messen 2017 und Ort
27.–29.01.	TheraPro in Stuttgart
14.–18.02.	Didacta Bildungsmesse Köln
03.–05.03.	Paracelsus Messe Rhein-Main in Wallau
16.–18.03.	Therapiemesse Leipzig
31.03.–02.04.	Beauty Messe in Düsseldorf
07.–09.04.	Lebensfreude Messe in Hamburg CCH
25.–27.05.	Ergotherapiekongress in Bielefeld
12.–14.05.	Yogatherapiekonferenz Rosenheim
12.–13.05.	Messe Leben und Tod in Bremen
15.–17.06.	Logopädie Kongress
04.–07.10.	Reha Care in Düsseldorf
28.–29.10.	Beauty Forum in München
27.–29.10.	Mineralientage in München
10.–12.11.	Intersana-Messe Augsburg
22.–26.11.	Bazaar Berlin (ehemals Import Shop)
08.–12.11.	Lebensfreude Messe in Hamburg Schnelsen
01.–03.12.	Mineralienmesse in Hamburg

Weitere aktuelle Messetermine stehen auf unserer Homepage:
www.peter-hess-institut.de

Was erwartet Sie an unserem Messestand?

- Fachkundige Beratung und interessante Gespräche
- In der Regel Klangmassage-Schnupperangebote
- Zum Teil Fachvorträge über die Peter Hess®-Klangmethoden
- Eine große Auswahl an qualitativ hochwertigen Klangmaterialien

Klangvolle Begleitung von Kindern und Jugendlichen

Kinder in ihrer Entwicklung mit Klang/-geschichten unterstützen

Wer wünscht sich nicht, dass sein Kind sich zu einer kreativen, selbstbewussten und sozial-emotionalen Persönlichkeit entwickelt.

Kinder mit Sprache und Klang begeistern; Berührung, Förderung und Entwicklung aller Sinne und eine bewusste Körperwahrnehmung sind elementare Bestandteile der Peter Hess®-Klangpädagogik. Entspannte Kinder können uns mit ihrer Kraft, Kreativität sowie Lern- und Lebensfreude in Erstaunen versetzen. Wir möchten Kinder in Achtsamkeit und Wertschätzung begleiten und ihre Selbstwahrnehmung stärken, ihnen die Möglichkeit geben, ein Bewusstsein für die eigenen Gedanken und deren Wichtigkeit zu entwickeln.

Die Klänge der Klangschalen führen die Kinder in eine wohltuende Ruhe und steigern somit ihre Konzentration, Aufmerksamkeit und Merkfähigkeit. Außerdem regen sie bei den Kindern die Fantasie und Erzählfreude an. Hierdurch können Kinder gleichzeitig innere Spannungen, Ängste und Erlebnisse besser für sich verarbeiten.

Die Klangpädagogik unterstützt bei der täglichen Umsetzung dieser Ziele. Die Erfahrungen haben gezeigt, wie der Klang mit seinen Schwingungen die Kinder erreicht und sie in ihrem Handeln

positiv unterstützen, motivieren, aktivieren und fördern kann.
Die Kinder lieben aktive Klanggeschichten und Klangreisen, weil sie sich selber mit in die Geschichte einbringen können. Sie haben hier die Möglichkeit, die Klanggeschichte selber zu erzählen und weiterzuentwickeln. Ihre Fantasie, ihr Sprachverständnis und ihre Sprachbereitschaft werden bei diesen Klanggeschichten positiv beeinflusst. Dadurch, dass ihre Beiträge im Fortlauf der Geschichte berücksichtigt werden, fühlen sie sich ernst genommen und werden selbstbewusster. Zudem werden die Kinder aber auch zu empathischen Zuhörern, weil sie innerhalb der Gruppe aufeinander achtgeben. Sie helfen sich gegenseitig, Schwierigkeiten und Herausforderungen (bei der Fortführung der Klanggeschichte) zu bewältigen. Hier lernen sie eine Handlungskompetenz, die für ihr späteres Leben wichtig ist.

Die Klangpädagogik wurde von Peter Hess und Emily Hess 2001 begründet und basiert auf der Klangmassage. Sie umfasst in der Praxis bewährte Workshops und Seminare für Erzieher/Erzieherinnen, Pädagogen, Eltern und Großeltern. Viele dieser Seminare sind durch die Steinbeis Hochschule-Berlin zertifiziert und entsprechen den Qualitäts- und Ethikrichtlinien der Freien und beratenden Gesundheitsberufe.

Workshop: Klangschalen – Mit allen Sinnen spielen und lernen

Umfang: 5 Stunden, Kursgebühr: 73 €

Dieser Workshop wird in etwa 40 Städten in Deutschland angeboten.

Klangschalen regen alle Sinne an. Sie glänzen golden, und wenn man sie mit den Fingerkuppen berührt oder mit einem Schlägel zum Klingen bringt, ertönt ein vielfältiger Klang. Dieser setzt sowohl einen hörbaren als auch fühlbaren Reiz und stimuliert dadurch gleichzeitig die auditive und somatosensorische Wahrnehmung. Der Klang weckt Aufmerksamkeit und berührt auf emotional wohltuende Weise.

In diesem 5-stündigen Workshop lernen Sie Förderspiele mit Klangschalen kennen, die mit Kindern (v.a. im Altern von 3-5 Jahren) wunderbar umzusetzen sind.

Was dürfen Sie von diesem Workshop erwarten?

Sie erfahren und erlernen Spiele, die:

- die Sinneswahrnehmung schulen, die zentrale Grundlage für Kommunikation und Lernen ist;
- Grob- und Feinmotorik fördern;
- die Kinder motivieren und dadurch ihre Konzentration und Ausdauer stärken;
- die Fantasie anregen und damit Kreativität als wichtige Basis für Lösungskompetenz fördern;
- die sozialen und kommunikativen Fähigkeiten der Kinder stärken.

Termine 2017 – Anmeldung bitte direkt bei den Workshopleitern

				PLZ
Brand-Erbisdorf	21.01., 06.05. 11.08., 23.09.,	Andreas Kreutzfeldt	037322 51440	00000
Brand-Erbisdorf	22.01., 07.05., 24.09.*	Andreas Kreutzfeldt	037322 51441	
Dresden	04.02., 01.04., 17.06., 26.08., 14.10.	Kristin Alberti	0351 41758866	
Dresden	11.03., 10.06., 12.08.*	Kristin Alberti	0351 41758866	
Berlin Schöneberg	18.02., 01.04., 30.06., 15.09., 14.10.	Angela Priebe	030 8549882	10000
Berlin	18.03., 13.05., 23.09., 18.11.	Peer Schönfelder	0160 91291215	
Potsdam	22.04., 17.07., 11.11.	Petra Klug	0331 24370486	
Celle	11.03., 24.06., 14.10.	Angela Pfeiffer	0179 1833640	20000
Grevesmühlen	24.06., 01.07.	Ina Vespermann	03922 2950025	
Hamburg	25.02., 17.06., 07.10.	Dagmar Maila Tullney	040 86646579	
Schnakenbek	18.03., 22.04.**, 07.10., 18.11.**	Silke Stein	04153 540058	
Uenzen	10.06., 21.10.	Martina Klinger-Tyra	04272 963275	
Fulda	11.02., 13.05., 16.09., 11.11.	Dorothea Seemann-Pamir	0661 48140	30000
Hardegsen	04.03., 14.10.	Evelien Schrader	05505 5935	
Magdeburg	21.01., 25.02., 25.11. 11.03., 21.10.*	Ina Vespermann oder Kerstin Wöhlbier	0391 6073771	
Verl	18.03., 10.06., 18.11.	Annegret Peine Jutta Reckord	05246 8820 05246 7530	
Bochum	21.01., 18.03., 17.06., 16.09., 18.11.	Sabine Berressen	02327 6899308	40000
Haren bei Meppen	11.02., 20.05., 16.09.	Beate van Dülmen	05934 924235	
Moers	18.02., 14.08., 25.11.	Sonja John	0176 24098327	
Mönchengladbach	29.04., 21.10.	Heike Gietzen	02161 958100	
Nottuln	09.03., 13.06., 25.08., 17.11.	Heike Haverbeck	02502 227110	
Osnabrück	24.03., 16.06., 22.09., 24.11.	Hedwig Coners-Krämer	0541 9826498	
Wuppertal	12.02., 14.05., 20.08., 19.11.	Margatete Cziesla	0202 312340	
Frechen	25.03., 02.09.	Constanze Beate Fachinger	02234 14480	5
Hennef	11.02., 29.04., 08.07., 14.10.	Anna Janszikowsky	02248 445330	

** speziell für die Schule* *** Aufbauworkshop*

Langerwehe	31.03., 27.10.	Andrea Memmersheim	02423 3621
Mülheim-Kärlich	21.01., 19.05., 08.09., 10.11.	Helga Montag	0170 4818563
Troisdorf	24.06., 09.12.	Lydia Fast	0177 5060242
Troisdorf	25.03., 23.09.*	Lydia Fast	0177 5060242
Bad Homburg	11.03., 16.09.	Gunhild Raab	0036 72 696630
Frankfurt M.	13.05., 25.11.	Nicole Herkert	0171 2493955
Hanau	09.09.	Maria Dehmer	06181 6188414
Riedstadt	04.03., 09.09.	Anne Sophie Mont Reynaud	06158 823996
Freiamt	25.02., 29.04., 24.06., 28.10.	Britta Maria Koch-Jeschall	07645 913635
Landau	11.03., 14.10.	Ursula Mayer	0634 155187
Ludwigsburg	21.01., 18.03., 08.07.	Beate Pihale	07141 9917321
Wörth/Rhein	18.03., 28.10.	Ingrid Knab-Lemke	07273 3533
München	11.02., 01.04., 28.10.	Ursula Balmer	0176 45546707
Dollnstein	24.02., 28.07., 27.10.	Gisela Kraft	08422 1716
Mellrichstadt	19.02., 07.05., 17.09.	Doris Knahl	09776 9228
Schweinfurt	28.04., 28.10.	Alexandra Nernosi	0176 55622188
Triefenstein	21.01., 18.03., 22.07., 21.10., 18.11.	Audrey Lüding	09395 290

Buch-Tipp

Klangschalen – Mit allen Sinnen spielen und lernen

Ein ideales Praxisbuch für alle, die mit Kindern die Klangschalen spielerisch erkunden und einsetzen möchten.

von Peter Hess und Petra Emily Zurek (Hrsg.), Kösel Verlag, ,5. Auflage 2015, 120 S., 16,95 €

Seminar: Schatzfinder im KlangZauberLand

Ein Seminar für Erzieher, Pädagogen, Eltern und alle, die Kinder auf ihrem Weg zu „starken Schatzfindern" begleiten möchten.

- **17.–19.02.2017 in der Rhön-Akademie in Gersfeld/Rhön**
- **11.–13.08.2017 im Peter Hess® Zentrum in Nottuln**

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Durch Klang Kindern Entspannung, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen schenken!

In diesem Seminar werden viele praxisnahe Settings erfahren und erlernt, die die Ressourcen und Fähigkeiten der Kinder stärken und unterstützen. Gerade in unserer heutigen Leistungsgesellschaft ist es wichtig, dass die Kinder in ihrer Individualität und Persönlichkeit wachsen, reifen und gedeihen können und gleichzeitig wissen, wie Sie sich entspannen und sich selbst etwas Gutes tun können. Damit erhalten Sie ein wichtiges Rüstzeug, um ihr Leben fröhlich und aktiv erleben und mit beiden Beinen fest auf dem Boden stehen zu können.

Die harmonischen Klänge der Klangschalen fördern und unterstützen die kognitiven, sinnlichen und emotionalen Fähigkeiten der Kinder. Durch den Klang werden die Kinder sensibilisiert, sie werden sich ihrer eigenen Schätze (Fähigkeiten) bewusst. So können Sie die vielfältigen Herausforderungen ihres Alltags gut bewältigen und sich zu in sich selbst ruhenden Persönlichkeiten entwickeln.

Die Erfahrung zeigt zudem, dass die durch den Einsatz von Klang in Gruppen die sozialen Kompetenzen der Kinder gestärkt werden, sodass sie zu kreativen und verantwortungsvollen Persönlichkeiten heranwachsen können.

Seminar: Kunterbunte Klanggeschichten für Kinder

- **07.–09.04.017 in der Rhön-Akademie in Gersfeld/Rhön**
- **01.–03.09.2017 im Peter Hess® Zentrum in Nottuln**

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Klang- und Fantasiereisen bieten den Kindern die Möglichkeit, sich in ihre eigene kleine Welt zu träumen. Während der Fantasiereisen können die Kinder ihre Erlebnisse, Erinnerungen, Erfahrungen, Vorstellungen und Ideen mit einbringen und verarbeiten. Der Klang beflügelt die Kinder, während der Fantasiereisen ihre eigenen inneren Wege zu gehen und positive Bilder entstehen zu lassen. Lassen Sie sich von den Kindern inspirieren und motivieren Sie sich, ein kreativer Klang- und Fantasiereisen-Erzähler zu werden.
Die Klanggeschichten dieses Seminars sind v.a. für Kinder von 2-6 Jahren geeignet.

Buch- und CD-Tipp:

Klingen, spüren, schwingen
von Beate van Dülmen
Ökotopia-Verlag, 2013
Buch: ca. 100 S., 19,90 €
CD: 70 Min. mit 14-seitigem Booklet, 14,90 €

Seminar: Urvertrauen mit Kindern – „Das kleine Glück"

04.–06.08.2017 in der Rhön-Akademie in Gersfeld/Rhön (Nähe Fulda)

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Kinder liebevoll und kreativ in ihrem Urvertrauen zu unterstützen, ist unser Ziel!

Jedes Kind kommt mit einem Wissen über das Urvertrauen auf die Welt. Manchmal verliert es das im kindlichen Alltag. Gerade die Kindheit ist die wichtigste Zeit der Prägung. Alles, was ein Kind jetzt lernt, legt die Grundlage für das Leben. Ein ausreichend genährtes Urvertrauen ist die Basis einer positiven Einstellung zu sich selber und trägt zur Stärkung der Resilienzfähigkeit bei, der grundlegenden Fähigkeit, erfolgreich mit belastenden Situationen (z.B. Probleme, Misserfolge, Unglück…) umzugehen.

In diesem Seminar erfahren Sie die tiefe Wirkung der KLANGLebens-Räume und lernen, wie auch Kinder mit Hilfe dieser Klangmethoden in den Genuss von Ruhe, Entspannung und einem „kleinen Glück" kommen können. Die inneren Schätze wieder zu erleben, Wertschätzung und Achtsamkeit zu geben und zu nehmen, ist das Ziel der Methoden dieses Seminars.

Der Blog der Peter Hess®-Klangmethoden

Klang-Erfahrungen teilen, vielfältige Informationen, Wissenswertes und Neues rund um die Peter Hess®-Klangmethoden

www.dieweltdesklangs.com

Seminar: Der Einsatz von Klang im Schulalltag

Ein Seminar für Lehrer, Erzieher und pädagogische Fachkräfte

- **24.–26.03.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg**
- **14.–15.10.2017 in Berlin**

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220€

In diesem Seminar vermittelt Ihnen Ulrich Krause, Studienrat und Fachberater für Schulen am Peter Hess® Institut, wirkungsvolle Methoden für den Einsatz von Klangschalen als eine sinnvolle Ergänzung im Unterrichtsprozess, der diesen ergänzen, unterstützen und bereichern kann. Schulen und Netzwerke arbeiten bereits erfolgreich damit!
Sie erfahren die entspannende Wirkung der Klangschalen selbst und es werden mit Ihnen erprobte Module eingeübt, die Sie auf den Erkenntnissen der Neurowissenschaften, der Psychologie und der aktuellen Lernforschung unmittelbar im Unterricht einsetzen können.

In diesem Seminar wird Ihnen vermittelt:

- Der Einsatz von Klangschalen für Lernmotivation und besseres Lernen
- Lernen mit allen Sinnen
- Klangrituale und Klanginnovation (zu Unterrichtsbeginn, während des Unterrichts, in den Pausen, vor Klassenarbeiten oder Klausuren, als Tagesabschluss)
- Förderung der Konzentration
- Integration und Inklusion mit Klang unterstützen
- Soziales Lernen und Achtsamkeit
- Umgehen mit Konfliktsituationen

So entsteht schnell eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, in der Stress, Ängste und belastende Gedanken losgelassen werden können. Die Körperwahrnehmung wird verbessert, das Selbstbewusstsein, die Kreativität und Schaffenskraft werden gefördert.

Instrumente, Gesang und mehr

Seminar: Experimentelle Gongerfahrung – Technik und Spielfreude für Anfänger

- **12.–14.05.2017 in St. Andreasberg/Harz**
- **17.–19.11.2017 in Brieselang bei Berlin**

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Der Gong ist ein faszinierendes Instrument. Er kann eine enorme Kraft entfalten und uns gleichermaßen mit seinen sanften und sphärisch anmutenden Tönen verzaubern. Mit der richtigen Technik gespielt, „singt" er oder klingt wie ein ganzes Orchester. In diesem Seminar nähern wir uns dem Instrument Gong und den verschiedenen Spieltechniken auf spielerische und experimentierende Weise. Je nach Intention gibt es mehrere Möglichkeiten, Gongs zum Klingen zu bringen und gezielt einzusetzen.
Sie werden TamTam-Gongs, Fen-Gongs sowie einen besonderen von hess klangkonzepte seit 1989 entwickelten und produzierten Gong kennenlernen. Es ist ein Hörgenuss, diesem einzigartigen Instrument zu lauschen!

Besonderheit für den Seminartermin im Harz:
An besonderen Orten in der Natur, an Kraftplätzen, erleben wir die Klänge von Gongs noch mal ganz anders und intensiver. Dazu bietet uns der Harz unglaublich schöne, kraftvolle und sehr alte Orte, die wir gemeinsam erkunden wollen. Lassen Sie sich ein auf ein Abenteuer des Klanges, auf mystische Plätze und eine wunderbare Naturlandschaft!

An diesem Seminar können auch Partner, Freunde und Bekannte teilnehmen.

Seminar: Der Gong als Spiegel – Selbsterfahrung

31.03.–02.04.2017 in Uenzen

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 270 € (max. 8 Teilnehmer)

An diesem Wochenende dürfen Sie Ihren ganz individuellen Weg zum Gong finden!

Was dürfen Sie von diesem Seminar erwarten?

- In einer kleinen Gruppe von maximal 8 Teilnehmern werden Sie ganz individuell begleitet.
- Sie haben die Möglichkeit, dem Gong als gleichwertiges Gegenüber zu begegnen. Sie sind eingeladen herauszufinden, welche Rolle ein Gong an Ihrer Seite spielen könnte.
- Es werden ausreichend verschiedene Gongs zur Verfügung stehen, um die unterschiedlichen Charaktere der Gongs auszuprobieren und zu erfahren.

CD-Tipp

Pravaaha – Im Fluss der Klänge
Meditative Klangstimmungen mit Gongs und Klangschalen
von Peter Gabis, Verlag Peter Hess, 2013
CD - Spielzeit: 51:33 Min., 19,50 €
www.verlag-peter-hess.de

hess klangkonzepte
seit 1989

Die TamTam-Gongs können in der Peter Hess®-Klangmassage genutzt werden bei:

- Klang- und Fantasiereisen
- Meditationen
- Konzerten
- körpertherapeutischen Settings
- klangpädagogischen Settings

www.hess-klangkonzepte.de

SOM – Sound of Mantra

- **23.–25.06.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg**
- **08.–10.12.2017 im Peter Hess® Zentrum in Nottuln**

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

"Wenn einer aus seiner Seele singt, heilt er zugleich seine innere Welt. Wenn alle aus ihrer Seele singen und eins sind in der Musik, heilen sie zugleich auch die äußere Welt." (Yehudi Menuhin, 1999)

Das Rezitieren oder Singen von Mantras bringt uns Menschen wie eine Meditation zur Ruhe und zentriert uns. Wir werden in diesem Seminar Mantras nutzen, um sie mit positiven Gedanken für die Gegenwart und Zukunft zu verbinden. So können wir uns positive innere Bilder bewusst machen und sie im Unterbewusstsein verankern, um sie mit der intensiven Wirkung der Mantras in die Welt zu bringen. Die Verbindung der Mantras mit Klangschalen und Gongs verstärkt und potenziert die Wirkung dieser uralten Verse noch. So können wir ihre Wirkung für uns selber auch im Alltag (z.B. während der Meditation), beim Karma Yoga (z.B. bei der Hausarbeit), aber auch für die Arbeit mit Gruppen (z.B. Klang- oder Meditationsabende, Yoga u.a.) nutzen.

Was werden Sie in diesem Seminar lernen?

- Mantras gekonnt mit Klangschalen und Gongs begleiten und umrahmen
- Grundlagenwissen zum Thema Mantras und die Wirkung der Rezitation auf den Menschen
- Grundlagen zum Thema Atem und Stimme
- Nutzen von Mantras zur Intensivierung des lösungs- und ressourcenorientierten Denkens
- Mantrasingen in der Gruppenarbeit

CD-Tipp

SOM – Sound of Mantra

Komponiert und arragiert von Anna Avramidou und Inge van Brillemann
Verlag Peter Hess, 2016,
ca. 75. Min., 16,00 €

Seminar: Obertonsingen lernen für Anfänger

- **24.–26.03.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg**
- **02.–04.06.2017 in der Rhön-Akademie, Gersfeld/Rhön (Nähe Fulda)**

(im Rahmen der PHI-Pfingstseminartage, 240 €)
Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Jeder kann Obertonsingen lernen!

Wolfgang Saus wurde mit seiner 3-Stufen-Methode weltweit bekannt. Mit seiner einfühlsamen und humorvollen Art führt er Sie in kurzer Zeit auch in komplexere Techniken ein. Sie machen eine völlig neue Stimmerfahrung und werden staunen, wozu Ihre Stimme fähig ist, sogar wenn Sie bisher nie gesungen haben. Die eigene Stimme wird unter der Anleitung von Wolfgang Saus zu einer spannenden Entdeckungsreise.

Obertonsingen ist die Kunst, 2 Töne gleichzeitig zu singen – ein verblüffender Effekt, der die Menschen immer wieder in Erstaunen versetzt. Aber es ist viel mehr als nur ein Effekt. Die Obertöne sind die Urmusik des Universums, eine Tonfolge, die viel älter ist als die Menschheit. Die Obertöne spiegeln das Urgesetz der harmonischen Schwingung, das bereits von den Pythagoräern bestaunt wurde. Diese Urmusik ist in unserem Kehlkopf eingebaut. Wir brauchen nur mit den allerursprünglichsten Mitteln zu tönen, um uns mit dieser Weltharmonik zu verbinden.

Die Entdeckung der Resonanz im eigenen Körper befriedigt eine tiefe Sehnsucht und erzeugt eine unerklärliche Vertrautheit mit den seltsamen Klängen. Die Ohren gehen auf, und plötzlich ist die Welt voller neuer Klänge. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen sogar, dass die Obertöne die Gehirnaktivität verändern und neue Areale aktivieren. Es ist wirklich ein Abenteuer, sich auf die Faszination der eigenen Klänge einzulassen.

Foto: Claudiu Lazaciuc

Afrikanisches Trommeln (im Rahmen der PHI-Pfingstseminartage)

02.–04.06.2017 in der Rhön-Akademie, Gersfeld/Rhön (Nähe Fulda)

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 240 €

Ein Seminar für Anfänger mit oder ohne Vorkenntnisse und für Trommler, die ihre Techniken verbessern wollen und ihre Kenntnisse erweitern möchten. Die Teilnehmer werden die afrikanische Trommel kennenlernen und die Kraft der Gemeinschaft erfahren.
Wir werden Rhythmen aus West- und Zentralafrika erlernen.

Dieses Seminar findet im Rahmen der **PHI-Pfingstseminartage** statt und Sie haben die Möglichkeit, an folgenden Programmpunkten kostenlos teilzunehmen:

- Freitag, 02.06.2017: Wohlfühlklänge mit Klaus Heintz an der Harfe
- Samstag, 03.06.2017: Konzert mit Michel Sanya Mutambala
- Sonntag, 04.06.2017: Konzert mit Obertonsänger Wolfgang Saus
- Montag, 05.06.2017: morgendlicher Ausklang mit Peter Hess

Hinweis

Bitte geben Sie bei der Anmeldung bekannt, ob Sie eine Trommel (Djembe) mitbringen oder benötigen.

Traditionelle newarische Babymassage „Nati-Kuti"

Zeit für Mutter und Kind

17.–19.03.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg

Umfang: 16 Stunden, Kursgebühr: 220 €

Die Baby-Massage ist ein uralter und fester Bestandteil nepalischer Kultur. Für newarische Eltern ist es überaus wichtig, eine enge Beziehung zu ihren Kindern aufzubauen, indem sie sie mit zarten, aber auch kräftigen Händen regelmäßig berühren. Dies vertieft nicht nur die Beziehung zwischen Mutter und Kind. Es hilft dem Kind auch, sich physisch, emotional und sozial gesund zu entwickeln. Außerdem hat sich die Massage bei Schlafstörungen und Hautproblemen als hilfreich erwiesen. Beide, Mutter und Kind, entspannen sich dabei und gewinnen an Wohlgefühl, Feinfühligkeit und Sicherheit.

Seminarwoche: Nadi-Muskeltherapie NMT

mit dem Yogatherapeuten Remo Rittiner

06.–13.08.2017 im Peter Hess® Zentrum in Schweringen bei Nienburg

Umfang: 64 Stunden, Kursgebühr: 880 €

Inhalte der Ausbildung:

- Geschichte und Vision der NMT
- Gesundheitsmodell nach NMT
- Schmerz und Spannungstheorie
- Myofasziale Verbindungen, Muskelketten und Sen-Linien der Thai-Massage
- Ursachen von den wichtigsten Beschwerdebildern
- Erlernen der NMT Behandlungsprogramme für die wichtigsten Beschwerden
- Erlernen einer Anamnese mit Behandlungszielen und Ablauf
- Behandlungs- und Manualtechniken der NMT zur Lösung von Schmerz und Anspannung
- Nadi-Atemtechniken zur Vorbereitung der Behandlung
- Integration von Yogatherapieübungen in der NMT
- Entspannungsübungen in der NMT
- Spirituelle Reflexionstechniken zur Lösung von wichtigen Lebensfragen
- Erkenntnisübungen zur Transformation unbewusster Muster in Lebensweisheit

In dieser praxisbezogenen Ausbildung lernen Sie, die Nadi-Muskeltherapie bei sich und anderen Menschen anzuwenden. Diese effektive, nachhaltige Behandlungsform verbindet westliche Methoden wie die Myoreflex, Triggerpointbehandlung mit der Nadi-Therapie und Übungen aus der Ayur Yogatherapie. Durch die langjährige und erfolgreiche Anwendung bei zahlreichen Menschen konnte Remo Rittiner die NMT Methode entwickeln, die er Ihnen in diesem Seminar in einfacher, klarer Weise mit großer Begeisterung weitergibt.

Diese Ausbildung eignet sich für Yogalehrer, Yogapraktizierende, Therapeuten und Ärzte, die interessiert sind, diese Therapiemethode zu lernen. Während der Ausbildung werden wir täglich auch Yoga und Meditation praktizieren und auch den Klang einsetzen.

Die Teilnehmer erhalten nach erfolgreichem Ausbildungskurs (schriftlicher Test und praktische Prüfung) ein Zertifikat für die Nadi-Muskeltherapie.

Individuelle, berufliche Qualifikations- und Kompetenzerweiterung

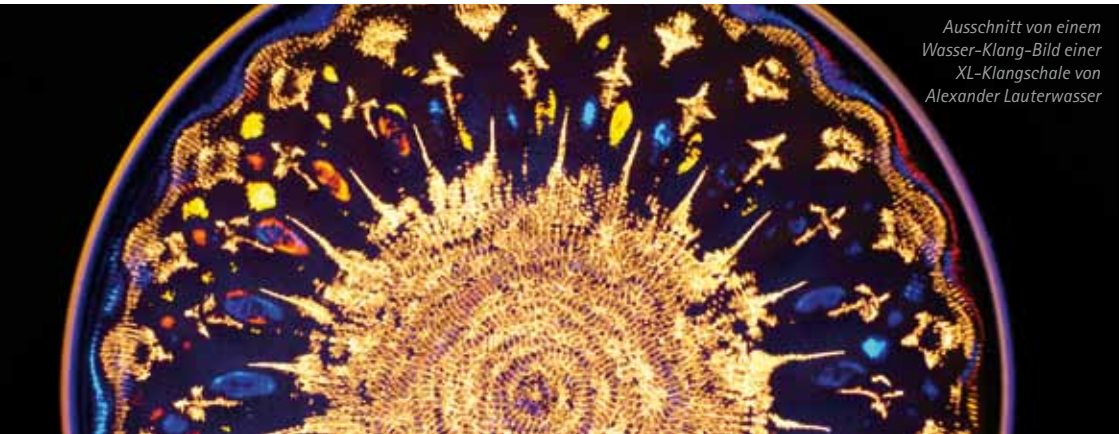
Die Peter Hess®-Klangmassage und -Klangmethoden

Der Ursprung ist die von dem Dipl.-Ing. für Physikalische Technik Peter Hess vor 30 Jahren entwickelte Peter Hess®-Klangmassage. Nach dem Prinzip „Aus der Praxis für die Praxis", begleitet durch wissenschaftliche Forschungen, entwickelten sich auf deren Basis qualitativ hochwertige Klangmethoden, die schließlich zu Hochschulzertifikaten bis hin zum Studium der Komplementären Methoden führten.

Im Laufe von nunmehr 30 Jahren entstanden am Peter Hess® Institut (PHI) verschiedene Klangmethoden, die eine Spezialisierung des Einsatzes der Klangschalen bzw. Klangmassage in den verschiedenen Arbeitsfeldern von Therapie und Heilwesen, Prävention, Pädagogik und Beratung darstellen. Es entwickelten sich Kooperationen mit Spezialisten aus anderen Berufsfeldern und beide Kooperationspartner partizipieren vom Synergieeffekt.

Die Arbeit mit Klangschalen gehört in den Bereich der biophysikalischen Ordnungstherapie und basiert auf der Vorstellung, dass lebende Wesen letztlich schwingende Systeme sind. Jeder Mensch hat seine eigenen Schwingungsmuster – sowohl auf zellulärer Ebene, über Gewebeverbände als auch organbezogen. Diese Schwingungsmuster kommunizieren untereinander und beeinflussen sich gegenseitig. Mit sanftem, schrittweisem Vorgehen werden Lösungs- und Ressourcenorientierung angezielt.

Grundsätzlich gilt, dass die Peter Hess®-Klangmethoden an den Ressourcen und am Gut-Funktionierenden ansetzen. Das Prinzip dieser Ganzheitsmethode ist die Stärkung der Selbstheilungskräfte. Diese ganzheitliche Methode aktiviert die Lebensströme, die sich als Bewegungsfluss durch den Körper, als Fluss von Wahrnehmungen, Gedanken und Bildern durch das Nerven- und Sinnesspektrum und als Fluss des emotionalen Lebens durch die inneren Organe des Körpers ziehen.



Ausschnitt von einem Wasser-Klang-Bild einer XL-Klangschale von Alexander Lauterwasser

Zahlreiche Fachseminare ermöglichen Ihnen eine individuelle Weiterbildung

Neben der Ausbildung in der Klangmassage bieten wir Ihnen mehr als 80 Fachseminare an, die eine Spezialisierung für die unterschiedlichen Berufsfelder von Wellness/Prävention, Pädagogik/Beratung sowie Therapie und Heilwesen ermöglichen. Jedes dieser Fachseminare gibt Ihnen konkrete Anregungen und Klangelemente an die Hand, die Sie sofort in der Praxis umsetzen können. Hier ein Auszug aus unserem Seminarangebot, das auf den Ausbildungsseminaren der Klangmassage aufbaut:

- Autogenes Training mit Klängen
- Chakra-Balancing als Schlüssel zu Lebensfreude und Gesundheit
- Der Einsatz von Klangschalen bei Menschen mit Demenz
- Erweiterte Klangelemente zur gezielten Unterstützung von Genesungsprozessen
- Farbe, Duft und Klang
- Gehirn im Dreiklang – Neurologie und Physiologie des Lernens
- Hypnotherapie und Klang I - Der heilsame Sprachgebrauch in der Klangarbeit
- Kinder mit Sprache und Klang begeistern – „Worte waren ursprünglich Zauber"
- Klang in der Sterbebegleitung
- Klang und Shiatsu
- Klangmassage bei Rückenbeschwerden
- Klangmassage bei Tinnitus I+II
- Klangmassage in der Musiktherapie I (Kombinationsseminare mit „Klangmassage I")
- Klangmassage in der Neurologie
- Klangmassage mit Kindern – Die Berührung aller Sinne neu erleben
- Lösungsorientierte Gesprächsführung
- Mit Klangmassage das Gesunde fördern – Begleitung von Menschen mit/nach einer Krebserkrankung
- Neurobiologie der Entspannung
- NLP und Klang – Begleitprozesse und Coaching wirkungsvoll unterstützen
- Progressive Muskelentspannung und Klang
- Schwangerschaft begleiten mit Klang
- Stressmanagement-Seminar: Klangmassage als Burn-out-Prophylaxe und Selbstempowerment
- Trauer braucht Wärme – Klang in der Trauerbegleitung
- Wirkungsvolle Affirmationen und Visionen gestalten und begleiten

Die Peter Hess®-Klangmassage als komplementäre Methode in der therapeutischen Praxis

DVD
Verlag Peter Hess 2015
76 Min.

Die Klangmassage, ursprünglich von Peter Hess als ganzheitliche Entspannungsmethode entwickelt, begeistert immer mehr Fachkräfte aus therapeutischen Berufsfeldern. Denn die entspannende und stressreduzierende Wirkung der harmonischen Klänge und sanften Klangvibrationen können herkömmliche therapeutische bzw. medizinische Interventionen hervorragend ergänzen und/oder begleiten. Die DVD „Peter Hess-Klangmassage als komplementäre Methode in der therapeutischen Praxis" gibt hierzu vielfältige Einblicke. Drei der insgesamt sechs Beiträge dieser DVD beschreiben dabei Einsatzmöglichkeiten in Kliniken.

Frau Dr. Glöckner, leitende Oberärztin der Gerontopsychiatrischen Abteilung im AWO Fachkrankenhaus Jerichow (Nähe Berlin), war bereits beim ersten Kennenlernen von der Klangmassage begeistert. Sie und weitere 14 Mitarbeiter aus Pflege, Sozialdienst sowie dem Therapeuten-, Ärzte- und Psychologen-Team integrieren seit 2010 die Klangmassage als Begleittherapie parallel zur medikamentösen Behandlung. Viele der Patienten der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatische Medizin, Neurologie und Spezielle Schmerztherapie sind stark angespannt, fühlen sich unter Druck und können auch ihren Körper oft kaum noch wahrnehmen. Daher bietet die rasche und tiefe Entspannung, die auf vergleichsweise einfache Weise bei einer Klangbehandlung eintritt, eine ideale Basis, die therapievorbereitend oder -begleitend genutzt werden kann. Die Klangschalen sind zudem ein hervorragendes Medium zur Förderung der Körperwahrnehmung und ermöglichen eine Kommunikation jenseits von Worten. Eine „Berührung, ohne zu berühren" ist möglich, was die Kontaktaufnahme und den Beziehungsaufbau zwischen Fachkraft und Patient enorm erleichtern kann. So reagieren beispielsweise Demenz-Betroffene sehr positiv auf die Klänge, die meist

Gefühle von Vertrauen, Geborgenheit und Sicherheit hervorrufen. So ist es nicht verwunderlich, dass auch gute Erfolge bei Ängsten, leichter Unruhe oder Schlafstörungen erzielt werden. Der ärztliche Direktor Prof. Joachim Müller, der offen für neue Behandlungsmethoden ist und die Inhouse-Schulung seiner Mitarbeiter ermöglicht hat, berichtet, dass diejenigen, die diese körperorientierte Methode anwenden, dabei auch viel Spaß haben. Darin wird der präventive Charakter der Klangmassage deutlich, denn die Therapeuten profitieren immer auch selbst von den wohltuenden Klängen der Klangschalen.

Ähnlich positive Erfahrungen machen die Mitarbeiter der Klinik am Park in Lünen, die einer der drei Standorte des Klinikums Westfalen ist. Der Betriebsleiter Christian Scholz betont die persönliche Atmosphäre des Hauses, die sowohl zwischen den Mitarbeitern als auch zwischen Mitarbeitern und Patienten spürbar ist. Die Klangmassage findet auch hier vielfältigen Einsatz, sei es in der Schmerztherapie, OP-Vorbereitung, in der Chirurgie nach Frakturen oder auch in der Gesundheitsprävention der Mitarbeiter. Herrn Scholz ging es bei der Einführung der Klangmassage in der Schmerztherapie zu Beginn weniger um einen therapeutischen Nutzen als vielmehr um ein Angebot, bei dem sich die Patienten wohlfühlen, nachdem sie sagen „Das war eine klasse Sache für mich, das hat mir geholfen, das (bzw. das Haus) kann ich wirklich weiterempfehlen". Und genau dieses Feedback erreicht die Geschäftsleitung immer wieder in Form von langen Lobesbriefen auf das Klangangebot. So wurden auch die Chefärzte darauf aufmerksam und es kam zu einer Ausweitung der Klangangebote auf andere Bereiche. Hierzu zählt zum Beispiel das Projekt „Angstfreie OP" unter der Leitung des Chefarztes für Anästhesie Dr. Sauer. Bei dem Projekt werden den Patienten verschiedene Verfahren angeboten, die sie während der Wartezeit auf den Termin ablenken und beruhigen sollen. Von Anfang an waren die Rückmeldungen zur Klangmassage sehr positiv wie „Der Klang hat mich beruhigt"; „Irgendwie fühl ich mich erleichtert. Ich war positiv überrascht, wie die Klänge und auch die Vibration in den Körper hineingehen, das hat mich beruhigt".

Und was den Patienten gut tut, schadet sicher auch den Mitarbeitern nicht. So treffen sich diese regelmäßig nach der Arbeitszeit zu Klangmediationen oder gegenseitigen Klangmassage. Christiane Peter, die im Bereich der OP-Leitung, der Schmerztherapie und der innerbetrieblichen Fortbildung tätig ist, spricht dabei von „einem kleinen Glück während der Arbeit".

Die wohltuende Wirkung der Klangschalenklänge wird seit zwei Jahren auch in der arcadia Praxisklinik für Krebstherapie und integrative Medizin im Gesundheitszentrum Bad Emstal zur Begleitung von Meditationen und Entspannungsübungen sowie ergänzend zu speziellen Therapien genutzt. Dr. Christian Büttner, einer der leitenden Ärzte, berichtet davon, wie die Klangmethoden beispielsweise zur Vorbereitung und Begleitung der Ganzkörperhyperthermie genutzt werden. Kirsten Knöpfel-Rahmann, eine der betreuenden Krankenschwestern und ausgebildete Peter Hess®-Klangmassagepraktikerin, zeigt, wie sie die Patienten mit Hilfe der Klänge auf diese Fiebertherapie einstimmt. Ihr Ziel ist es, den Patienten zu entspannen, in die Ruhe zu bringen, den Körper zu lockern und den Patienten zur Körperwahrnehmung zu ermutigen. Die Behandlung kann für die Patienten unangenehm werden und ruft bei manchen Ängste oder Aggressionen hervor. Die Klänge bieten hier einen willkommenen Gegenpol und helfen den Patienten, besser mit der Situation zurechtzukommen und gut bei sich zu sein.

Im Rahmen verschiedener Entspannungsangebote ist die Klangmassage für viele Patienten eine Möglichkeit, ihren Körper nach langer Zeit einmal wieder als angenehmen Ort zu erfahren. Oft stellen die Patienten überrascht fest, dass sie längere Zeit liegen können, ohne Schmerzen zu haben. Viele Patienten sind dankbar, dass sie sich bei diesem Angebot nicht entkleiden müssen, nicht ihren vernarbten Köper zeigen müssen und auch nicht die Perücke abnehmen müssen. Die Krankheit, die häufig den gesamten Tagesablauf dominiert, tritt für die Zeit der Klangsitzung in den Hintergrund. Während dieser Zeit geht es endlich einmal nicht mehr um ihre Krankheit, sondern um sie als Mensch, darum, dass sie sich wohlfühlen in ihrem Körper, dass sie spüren: Ich bin in der Lage zu entspannen.

Verlag Peter Hess

Klangschalen

Mein praktischer Begleiter

Autor: Peter Hess
ISBN 978-3-938263-28-0
Broschur: 152 Seiten
Verlag Peter Hess 2015
Preis: € 9,80

Nur 2-5 Minuten täglich genügen, um Körper, Geist und Seele zu erfrischen und nachhaltig die eigene Gesundheit zu stärken. Peter Hess, der Pionier in der Arbeit mit Klangschalen, hat für Sie in diesem Buch die beliebtesten Klangübungen zusammengestellt. Lassen Sie sich von ihm Schritt für Schritt in die faszinierende Welt der Klänge begleiten.

DVD

Peter Hess®- Klangmassage als komplementäre Methode in der therapeutischen Praxis

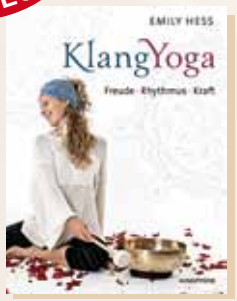
DVD, Verlag Peter Hess 2015
76 Min. · **Preis: € 9,90**
Die verschiedenen Filmbeiträge bieten Praxiseinblicke, wobei sowohl Fachleute als auch Patienten zu Wort kommen. Die vorgestellten Erklärungsmodelle eröffnen ein aufschlussreiches Gesamtbild zu den vielseitigen und effektiven Anwendungsmöglichkeiten.

Klänge gehen auf die Reise

Autorin:
Irmingard Philipow
Broschur: 120 Seiten
Verlag Peter Hess 2011
Preis: € 16,80

Geschichten und Bilder dieses Buches, in das die Verfasserin langjährige Erfahrungen mit Kindern einbringt, sprechen die Fantasie an und laden ein zu kreativem Handeln.
Begleitet von Klängen können sie vom Hören zum Lauschen und in die Stille führen.

NEU



KlangYoga

Freude · Rhythmus · Kraft
Autorin: Emily Hess
Broschur: 136 Seiten
Windpferd Verlag 2016
Preis: € 16,95

Heilende Schwingungen für die Yogastunde
KlangYoga ist eine einzigartige Verbindung von Yoga und Klangmassagen, Yoga und Klangmeditationen und Yoga und Klangentspannungen. KlangYoga ist gleichermaßen eine freudvolle, kraftvolle und rhythmische Praxis, die von Emily Hess, Meditations- und Yogalehrerin, entwickelt wurde.

Weitere Veröffentlichungen und Informationen finden Sie unter:
www.verlag-peter-hess.de

Verlag Peter Hess
Ortheide 29 · 27305 Bruchhausen-Vilsen
Tel.: +49 (0) 4252 9389114 · E-Mail: info@peter-hess-institut.de

Selbst Klangprofi werden – Abschlüsse am PHI

Der Besuch unserer Ausbildungs- und Fachseminare kann in verschiedene Abschlüsse münden. Unser bewährtes Bausteinsystem ermöglicht es, dass einzelne Seminare in unterschiedlichen Abschlüssen anerkannt sind. So wird „Der Weg ist das Ziel" bei uns zur lebendigen Erfahrung, denn ab dem ersten Seminar können Sie die Inhalte direkt in der Praxis anwenden!

Wir bieten folgende Abschlüsse an:

- Entspannungstrainer für Fantasie- und Klangreisen *(48 Std.)*
- KursleiterIn für Autogenes Training (PHI) *(124 Std.)*
- KursleiterIn für Progressive Muskelentspannung (PHI) *(124 Std.)*
- Peter Hess®-Gruppenleitung *(168 Std.)*
- Peter Hess®-Klangentspannungscoaching *(300-316 Std.)*
- Peter Hess®-Klangmassageexperte für die Begleitung von Genesungsprozessen *(332 Std.)*
- Peter Hess®-Klangexperte Demenz *(48 Std.)*
- Peter Hess®-Klangtherapie (für Ergo-/Physiotherapeuten, für Psychologen/klinische Psychotherapeuten oder für Heilpraktiker für Psychotherapie) *(Eingangsstufe: 72-88 Std. / Spezialisierungsstufe 217-236 Std.)*

- KliK®-Praktiker – Klingende Kommunikation mit Kindern *(53 Std.)*
- Peter Hess®-Klangexperte Schule (KliK®) *(72 Std.)*
- KliK®-Experte - Klingende Kommunikation in musikpädagogischen Arbeitsfeldern *(85 Std.)*
- Kinder-KLANGentspannungscoaching (KliK®) *(337 Std.)*
- Lebensbegleitung (KliK®) nach Emily Hess und Peter Hess *(104 Std.)*
- Peter Hess®-Lebensberatung (KliK®) *(332 Std.)*
- Peter Hess®-Klangpädagogik (KliK®) *(441 Std.)*

- Bachlor of Science (B. Sc.) Komplementäre Methoden/Klang-Resonanz-Methode (in Kooperation mit der Steinbeis-Hochschule Berlin)

Für Yoga-Erfahrene:

- Emily Hess®-Klangyogabegleiter *(24 Std.)*

Weiterbildungen für Yogalehrer zum:

- Emily Hess®-Klangyogalehrer *(24 Std.)*
- Emily Hess®-Klangyogalehrer für Kinder by Tina Buch *(60 Std.)*

Hinweis

Es gibt verschieden Fördermöglichkeiten und Zuschüssen zu unseren Seminaren und Abschlüssen. Hierzu gehören neben der Bildungsprämie oder dem Bildungsscheck in NRW (und weiteren Bundesländern) auch Fortbildungspunkte z.B. bei der „Registrierung® beruflich Pflegender".

Ausführliche Informationen finden Sie auf unserer Website:
www.peter-hess-institut.de

Zertifikate durch die Steinbeis-Hochschule Berlin (SHB)

Durch das Bachelor-Studium „Komplementäre Methoden / Klang-Resonanz-Methode“ arbeitet das PHI eng mit der Steinbeis-Hochschule Berlin GmbH (SHB) zusammen. Aus dieser Kooperation ist die Möglichkeit entstanden, verschiedene Aus-/Weiterbildungen des PHI auf Antrag bei der SHB als Zertifikatslehrgang anerkennen zu lassen. Die Zertifizierungslehrgänge sind eng mit dem Studium Bachelor of Science Komplementäre Methoden/Klang-Resonanz-Methode verzahnt.

Steinbeis-Transfer-Institut Gesundheitskompetenz und Gesundheitsbildung der Steinbeis-Hochschule Berlin SHB

Hochschulzertifikatslehrgänge sind ein Instrument der Aneignung von akademischem Wissen auf höchstem Niveau, ohne sich den Anforderungen eines länger andauernden Studiums stellen zu müssen. Die Zertifikatsprogramme der SHB garantieren wissenschaftliche Standards bei gleichzeitiger Praxisnähe und sind damit ideal für eine fokussierte Aneignung von erweiterten Kompetenzen. Damit wurde die Möglichkeit geschaffen, die einzelnen Richtungen auf hohem Niveau zu absolvieren, zu dokumentieren und nach außen zu vertreten.

Das Zertifikat der Steinbeis-Hochschule Berlin garantiert ein Alleinstellungsmerkmal in der Öffentlichkeit, mit dem Sie auch für die Ausübung der Peter Hess®-Klangmethoden werben können.

In Kooperation mit der Steinbeis-Hochschule Berlin:

- Studiengang Bachelor of Science Komplementäre Methoden/Klang-Resonanz-Methode

Anzeige

Peter Hess® Klangschalen und alles für die Klangmassage

hess klangkonzepte
seit 1989

- Peter Hess® Therapieklangschalen
- Weitere Klangschalenqualitäten
- Bolo Spezial-Klangschalen
- Sangha-Meditationsklangschalen
- Spezialklangschale mit Griff/Öse
- ZEN-Zimbeln, ZEN-Glocken
- große Auswahl an Gongs
- Gongständer in verschiedenen Ausführungen
- Umfangreiches Schlägelsortiment z.B. Filzschlägel, Gummischlägel, Plüschschlägel und Reiber
- Lagerungsmaterial für die Klangmassage
- Taschen und Schutzhüllen für Klangschalen, Gongs und Zimbeln
- Literatur zur Peter Hess®-Klangmassage
- und vieles mehr...

Fordern Sie gerne unseren aktuellen kostenlosen Katalog an!

hess klangkonzepte seit 1989
Uenzer Dorfstrasse 71
D-27305 Bruchhausen-Vilsen
Tel.: +49 (0) 4252-2411 · Fax: -3436
bestellung@hess-klangkonzepte.de

Online Shop und aktuelle Infos unter:
www.hess-klangkonzepte.de

Ein kleines Klang-Ritual von nur wenigen Minuten täglich genügt, um nachhaltig die körperliche und seelische Gesundheit zu stärken und mehr Lebensfreude zu gewinnen!

PETER HESS®
INSTITUT

Mit Klängen

- Entspannen und Wohlbefinden erleben
- Stress- und Burn-out vorbeugen
- Gesundheit stärken
- Selbstheilungskräfte mobilisieren
- Lebensenergie, Kreativität und Schaffenskraft wecken
- Eigene Stärken und Ressourcen (neu oder wieder) entdecken
- Lebensfreude gewinnen

Aus- und Weiterbildung in den Bereichen

- Wellness, Entspannung und Prävention
- Pädagogik und Beratung
- Therapie und Heilwesen
- Yoga und Klang

Peter Hess® Institut (PHI)
Ortheide 29 · 27305 Uenzen
Telefon: 04252 9389114 · Fax: -9389145
E-Mail: info@peter-hess-institut.de

Besuchen Sie uns auf Facebook!

www.peter-hess-institut.de · **BLOG: www.dieweltdesklangs.com**