

# Die Kraft der Stimme ...

## Intuitives Tönen der Vokale und Meditation

**Vokalatmung**, auch **intuitives Tönen der Vokale** genannt, ist eine Atemmethode, die ursprünglich aus dem Indischen kommt und zur Stimmbildung genutzt wird. Sie vertieft die Atmung, fördert die Gesundheit und führt zu Entspannung.

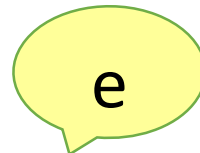
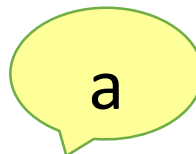
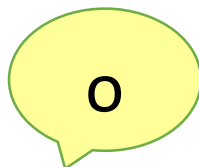
Der ganze Körper wird zum Klangraum und lässt Gedanken in den Hintergrund treten. Diese Resonanz der Töne fördert das „**Präsentsein**“ und führt in die Stille der Meditation.

Termin:

15./22./29. September

06. Oktober

Uhrzeit: 18.30 - 19.45



Veranstaltungsort: GZ St. Johannes Bachgasse 5; 3. Stock  
Teilnehmerbeitrag: 20 € (für die JTT /Junge Tübinger Tafel)

Anmeldung und Info: Email: [katharina.lang7@gmail.com](mailto:katharina.lang7@gmail.com)

Handy: 0151- 6 12 48 544