



**GESUNDES**  
ST. LEONHARD  
AM FORST



# Klangreise



**Donnerstag, 11. April 2024 um 18.30 Uhr**

**Volkshaus, Loosdorfer Straße 15, 3243 St. Leonhard am Forst**

Sich selbst eine Auszeit nehmen und für eine Stunde dem Alltag entfliehen!

Sie liegen bequem auf einer Matte und müssen nichts weiter tun, als zu lauschen. Die Klangreise ist eine Meditationsform - die Klänge bringen den Körper in eine tiefe Entspannung und aktivieren die Selbstheilungskräfte.

**Bringen Sie bitte eine Matte (Gymnastik-, Yogamatte, oder ähnliches) mit.** Wenn Sie möchten, können Sie auch gerne eine Decke mitnehmen, um es besonders bequem zu haben.

**Musiktherapeutin:** Dagmar Kaliwoda MSc

**Kursbeitrag:** 12,00 Euro

**Dauer:** 1 Stunde

**Anmeldung:**

Gemeindeamt St. Leonhard am Forst

(02756) 22 04-25 oder [meldeamt@st-leonhard-forst.gv.at](mailto:meldeamt@st-leonhard-forst.gv.at)

*Lebens* | *Musik*  
*Kling* | *Therapie*