

Mit Klangtherapie zur Schmerzreduktion

Vortrag mit Workshop: Klangtherapie erfahren, Gedanken stoppen und Tiefenentspannung erleben

Bad Ragaz, Freitag, 20.03.2026, ab 16 Uhr

Vortrag mit Workshop
Bad Ragaz
Freitag, 20. März 2026

Anmeldung und Info auf
beratung.ragaz@rheumaliga.ch
und Tel. 081 511 50 03



«Was löst Klang im menschlichen Kopf aus? Wie wirkt Klangtherapie auf den schmerz erfüllten Körper und die gestresste Psyche?»

Die erfahrene Musiktherapeutin und Klangpraktikerin gibt in ihrem Vortrag Antwort auf solche und auf Eure Fragen im Zusammenhang mit Schmerzreduktion durch Klang. Sitzend oder liegend erfährst Du im Workshop wie die Klangtherapie hilft Gedanken zu stoppen, rasch zu entspannen, wie sie individuell auf Dich wirkt und Dich zur Tiefenentspannung bringen kann. Es besteht die Möglichkeit, sich im Anschluss an diesen Workshop an einen wiederkehrenden Klangtherapie-Kurs anzumelden. Probier's aus:

- Leitung** Claudia Hablützel, Musiktherapeutin und Klangpraktikerin, langjährige Erfahrung im klinischen und präventiven Bereich, spezialisiert auf Klangarbeit zur Stress- und Schmerzreduktion und zur Stabilisierung des Nervensystems. Mehr Infos unter www.clahab.ch
- Programm** ab 16.00 Uhr Begrüssung und Einleitung durch die Leiterin Beratungsstelle Bad Ragaz
ca. 16.10 Uhr Fachreferat und Workshop durch C. Hablützel, klinische Musiktherapeutin MAS
17.30 Uhr endet der Anlass
- Ort** Regionale Rheumaliga, Bahnhofstrasse 15, 7310 Bad Ragaz
- Kosten** p. P.: Mitglieder Fr. 25.-, Nichtmitglieder Fr. 30.-. Durchführung ab 8 bis max. 12 Personen.
- Anmeldung** bis 11. März 2026 bei der regionalen Rheumaliga, Mail beratung.ragaz@rheumaliga.ch oder Tel. 081 511 50 03

Wir freuen uns auf Deine / Eure Anmeldung:

Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein
Beratungsstelle, Andrea Schmider, Bahnhofstr. 15, 7310 Bad Ragaz
Weitere Auskünfte: Tel. 081 511 50 03, beratung.ragaz@rheumaliga.ch
und www.rheumaliga.ch/sgfl




**Rheumaliga
SG, GR, AI/AR und
Fürstentum Liechtenstein**
Bewusst bewegt