

Tiefenentspannung mit Klang in Bad Ragaz

Die Tiefenentspannung mit Klang ist eine Reise zum Abschalten,
Auftanken und Wohlfühlen



Neu ab
August 2026

Jetzt
anmelden!

Die Klänge der verschiedenen Schalen und anderer Klanginstrumente unterstützen dich dabei, hörend in einen entspannten Zustand zu gleiten. Eine kurze Einleitung, die deine Aufmerksamkeit auf den Körper lenkt, unterstützt dich dabei, ins Loslassen zu kommen. Der Klang bildet eine Art Teppich, auf dem du dich innerlich niederlassen kannst. Einige Menschen erleben den Klang primär auf der körperlichen Ebene, zum Beispiel als Kribbeln oder Schwebefühl, andere tauchen mehr in innere Bilder ein.

Am Ende der Reise hast du, wenn du das möchtest, die Möglichkeit deine Erlebnisse und Erfahrungen zu teilen.

Kursdaten	Freitag, 28. August, 25. September, 30. Oktober, 27. November 2026 jeweils 17.00 bis 18.15 Uhr Die Lektion findet ab einer Anmeldung von mind. 4 Personen statt. Alle Termine können einzeln oder als Block gebucht werden.
Kursort	Bewegungsraum RL SG, GR, AI/AR und FL, Bahnhofstrasse 15, 7310 Bad Ragaz
Kursleitung	Claudia Hablützel, klinische Musiktherapeutin MAS
Kurskosten	Fr. 28.00 für Mitglieder, Fr. 30.00 für Nicht-Mitglieder pro Einzel-Lektion Ganzer Block alle 4 Termine: Fr. 100.00 für Mitglieder, Fr. 110.00 für Nicht-Mitglieder
Anmeldung	bis spätestens 10 Tage vor dem Kurstag

Der Kursbesuch erfolgt auf eigene Verantwortung.

Probieren Sie es aus - wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Auskunft/Anmeldung

Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein
Bahnhofstrasse 15, 7310 Bad Ragaz
Tel. 081 302 47 80, kurse.sgfl@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch/sgfl



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