



Sound Healing Ausbildung Ablaufplan

Donnerstag – Anreise & Einführung

- ✓ ab 12:00 Uhr – Anreise & Check-in
- ✓ 16:00 – 17:00 Begrüßung, Einführung & Kennenlernen in der Gruppe
- ✓ 17:15 – 19:00 Klangreise
- ✓ 19:30 Abendessen

Freitag – Tibetische Klangschalen & Frequenzen

- ✓ 08:00 – 09:00 Frühstück
- ✓ 09:00 – 10:30 Theorie: Grundlagen des Sound Healings, Arbeit mit Schwingung & Frequenz
- ✓ 11:00 – 13:00 Praxis: Tibetische Klangschalen (anschlagen, reiben, den Klang spüren)
- ✓ 13:00 – 15:00 Mittagspause & Erholung
- ✓ 15:00 – 17:30 Partnerübungen: Geben & Empfangen mit Schalen, kleine Klanglandschaften kreieren
- ✓ 18:00 – 19:00 Austausch & Reflexion
- ✓ 19:30 Abendessen

Samstag – Gongs & Klanglandschaften

- ✓ 08:00 – 09:00 Frühstück
- ✓ 09:00 – 09:45 Kurztheorie: Gongs, Resonanz & das Erschaffen von Klangräumen
- ✓ 10:00 – 13:00 Praxis: Gongspiel-Techniken (verschiedene Schlägel, Dynamik, Variationen)
- ✓ 13:00 – 15:00 Mittagspause & Erholung
- ✓ 15:00 – 17:30 Praxis: Gongspiel (Solo- & Gruppenübungen)
- ✓ 18:00 – 19:00 Abendliche Gong-Meditation
- ✓ 19:30 Abendessen

Sonntag – Stimme & andere Klangheilungs-Instrumente

- ✓ 08:00 – 09:00 Frühstück
- ✓ 09:00 – 09:45 Kurztheorie: Die Stimme als Instrument – Kraft von Tönen, Obertönen & Mantras
- ✓ 10:00 – 13:00 Praxis: Stimmarbeit (Tönen, Obertöne, Mantras, Atem)
- ✓ 13:00 – 15:00 Mittagspause & Erholung
- ✓ 15:00 – 17:30 Praxis: Shrutibox, Flöten, Klangspiele, Rasseln & weitere heilende Instrumente
- ✓ 18:00 – 19:00 Gemeinsame Klangmeditation mit allen Instrumenten
- ✓ 19:30 Abendessen

Montag – Integration & Abschluss

- ✓ 08:00 – 09:00 Frühstück
- ✓ 09:00 – 11:30 Kleingruppen: eigene Klangreisen gestalten & anleiten
- ✓ 11:30 – 12:00 Abschlusskreis, Feedback & Zertifikatsübergabe
- ✓ ab 12:00 Abreise

Hinweis: Der Ablaufplan dient zur Orientierung. Änderungen und Anpassungen sind je nach Umständen (z.B. Wetter) möglich.