

Tönen und Obertongesang

mit der kosmischen Klangspirale



Alfred Samuel Schönböck

Seminar

Sa. 19.09.2020, 10:00 – 16:30 Teil 1
Energie-World, Hauptstrasse 68, 8840 Einsiedeln
CHF 180.- / Seminar

Das Tönen und der Obertongesang sind in vielen alten Kulturen beheimatet. Von den gregorianischen Chören, den buddhistischen Mantra Gesängen, bis hin zu den indischen und schamanischen Völkern wurden der Obertongesang und das Tönen für spirituelle Erfahrungen und Heilzwecke eingesetzt. In unseren Breitengraden sind die Obertöne vom als Töne der Maultrommel bekannt.

Beim Tönen und Obertonsingen dient der Körper als Instrument. Die Gesangstechnik ist einfach erlernbar, erfordert jedoch Feingefühl und Übung. Dabei werden die Resonanzräume des Körpers aktiviert in welchem die Obertöne schwingen. Der Einklang von Atmung, Ton, Körperräumen und Resonanzen im eigenen Körper, fördert den Fluss der Lebensenergie und schafft Raum für die Selbsterfahrung der Einheit von Körper, Seele und Geist. Es bringt die Körperzellen zum Schwingen und aktiviert die Lebensenergie.

Im Teil 1 werden die Obertöne der volltönenden Vokale erlernt, im Teil 2 die Obertöne der Kehlkopf- und Kopfstimme.

Der Workshop beinhaltet: Atem und Lebensenergie, Atemführung und Atemräume, Zwerchfelltraining und Stimmstütze, Körperraum, Chakren und Klangenergie, Stimmtraining der selbsttönenden Vokale, Grundtöne zur Aktivierung der Körperdrüsen, Gesangstechnik zur Bildung von Obertönen, Obertöne- und Körperresonanzerfahrung, Tönen mit der kosmischen Klangspirale.

Alfred Samuel Schönböck ist Licht- Klangenergetiker und Coach mit praktischer Kompetenz. Er entwickelte die HON® Licht- Klangenergetik auf Grundlage der kosmischen Klangspirale und ist Gründer der HON® Schule Consulting für ganzheitliche Gesundheitsförderung und nachhaltige Organisationsentwicklung. Seine Leidenschaft und Freude liegt in Zufriedenheit und Einklang von Mensch, Tier, Natur und Umwelt. <https://hon.or.at>

Lesetipp: Schönböck: Zufriedenheit und Einklang – Die kosmische Klangspirale

Information und Anmeldung: www.energie-world.ch
Tel. +41 55 412 66 06 E Mail: info@energie-world.ch
Energie-World, Hauptstrasse 68, 8840 Einsiedeln