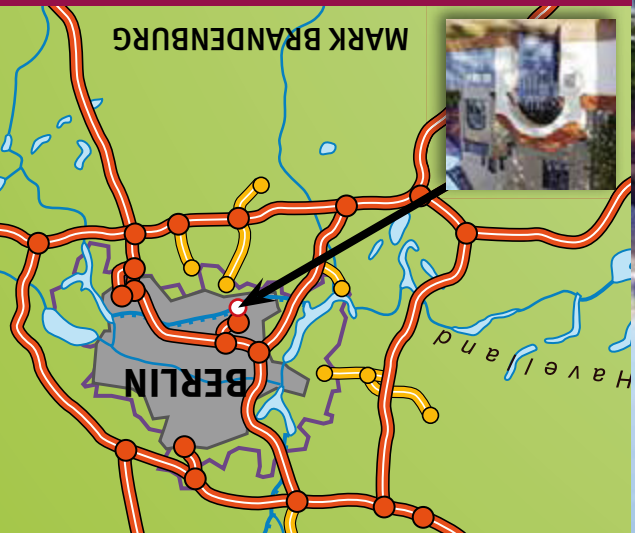


**Heilsames und  
gesundheitsförderndes Singen  
in Berlin – Lichterfelde West**



Praxis Sebastian Barning  
Freiwaldauer Weg 34  
12205 Berlin  
Tel.: (030) 812 999 55

info@barning.de · www.barning.de

# Heilsames und gesundheitsförderndes Singen in Berlin – Lichterfelde West

Singe aus Deinem Herzen und genieße das entspannte Durchatmen beim Singen.

Wenn Du einfache Lieder und Mantren in liebevoller Atmosphäre beim Singen erlernst, gelingt Dir der Alltag mit mehr Schwung und Lebensfreude.

Einmal im Monat möchte ich gern für alle Singfreudigen mit und ohne Singerfahrung „Die heilende Kraft des Singens“ in Schwingung bringen. Wir singen kurze und ansprechende Lieder.

Durch häufige Wiederholungen und begleitende Bewegungen vertiefen und erlernen wir die Lieder in entspannter Atmosphäre.

Durch eine Tiefenentspannung oder Meditation runde ich unseren musikalischen Blumenstrauß ab.

## Heilsames Singen - Termine 2019:

Donnerstags von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr

am 21.02./ 28.03./ 18.04./ 16.05./ 27.06./  
18.07./ 29.08./ 24.10./ 28.11./ 12.12.

Kosten: 15,00 Euro pro Abend

Ort:

Heilpraktiker-Praxis Bartning, Freiwaldauer Weg  
34, 12205 Berlin Lichterfelde-West



## Heilsames Singen:

- Entfaltet und befreit die Stimme
- Fördert die körperliche und seelische Gesundheit
- Setzt Glückshormone frei
- Aktiviert die Selbstheilungskräfte
- Stärkt das Immunsystem
- Ermöglicht Erfahrungen und soziale Verbundenheit in der Singgruppe
- Freude und Trauer beim Singen spüren und zulassen
- Stärkt das Selbstbewusstsein
- Trägt zur Entspannung bei

## Leitung:

Carola Bartning



## Anmeldung:

Per Mail : [carola@bartning.de](mailto:carola@bartning.de)

Über das Kontaktformular

Telefon: 030 81059112

Mobil / SMS an 0171 8646709



Carola Bartning: Yoga-Lehrerin, Singleiterin für Heilsames Singen