

Cranio Sacral Balancing  
Klangschalenanwendungen  
Meditationen

VitaSol







Ich bin beeindruckt  
von der Kraft, die in jeder  
einzelnen Schale steckt  
und deren wunderbaren  
Klängen.

Ich nehme mit  
dem Körper Kontakt auf  
und gebe mein bestes  
ihn in seiner Selbst-  
heilungskraft zu stärken.

# Klangmeditation

---

Klangmeditation für alle Personen, die sich Ruhe und Zeit schenken möchten!

Klänge erleichtern und unterstützen die Konzentration und es ist sehr schnell möglich in die Phase der Stille zu kommen. Der Klang vermittelt Geborgenheit, lässt sehr schnell Ruhe im Geiste einkehren.



## Klangmeditation für Schwangere

---

Loslassen und Geschehenlassen sind die wichtigsten Voraussetzungen für eine entspannte und entkrampfte Geburt, die sich wohl jede werdende Mutter wünscht. Das Festhalten an alten Mustern im Denken, Verhalten und Fühlen, die sich als körperliche und geistige Blockaden manifestieren, kann eine Geburt erschweren. Die entspannende Wirkung der Klänge ist hier hilfreich.

*Was der Mutter gut tut,  
tut auch dem Kind gut!*

## Kindermeditation

---

Kindermeditationen sind Phantasie Reisen, die den Kindern für einen Moment Abstand zum Alltag schenken. Sie regen das Vorstellungsvermögen an. Die Kinder können lernen loszulassen. Ihre eigene Kreativität wird gefördert und sie lernen Ideen in positiver Art und Weise umzusetzen.



## Cranio Sacral Balancing

---

Die Cranio Sacrale Energiearbeit basiert auf sanften und ruhigen Berührungen, die auf der körperlichen, seelischen sowie geistigen Ebene ihre Wirkung entfalten.

Ziel ist es, Blockaden des Körpers mit den Händen aufzuspüren und sie zu lösen, das innere und äußere Gleichgewicht wieder herzustellen, die Eigenregulierung des Körpers zu aktivieren und dessen Selbstheilungskräfte zu unterstützen.

Cranio Sacral Balancing ist für Kinder und Erwachsene jeden Alters geeignet. Besonders Babys und Kleinkinder reagieren überaus positiv auf diese Anwendung.

Anwendungsgebiete sind u. a.: Stress, Ruhelosigkeit, Erschöpfung, Unruhe und Ängste, Schlafstörungen, Verdauungsstörungen, Menstruationsprobleme, hormonelle Umstellung, Gelenkbeschwerden und Muskelverspannungen, Kopfschmerzen und Migräne, Ohrgeräusche, Wirbelsäulenbeschwerden, hyperaktive Kinder u.v.m.



*Viktoria Weissenböck*

Amselweg 4  
4792 Münzkirchen

Mobil +43 650 99 2 77 89  
E-Mail [info@vita-sol.at](mailto:info@vita-sol.at)  
[www.vita-sol.at](http://www.vita-sol.at)



/VitaSol.info