

Rentoudu sointukylvyssä

30.3.2019



Tule ja anna aikaa itsellesi.

Tule rentoutuman sointukylpyyn Heinävedelle

30.3.2019 klo 13:33-15:33

Sointukylpy tehdään Tiibetiläisillä äänimaljoilla. Äänimalja on vanha menetelmä, jota käytetään rentoutumiseen ja mm. ennaltaehkäisemään stressiä.

Äänimaljojen vaikutus perustuu ääniaaltoihin, resonanssiin ja äänen värähtelyyn kehossa. Sillä kehossamme on 75% vettä, ja ääni värähtelee vedessä.

Sointukylvyssä käytän 7 erikokoista äänimaljaa sekä lisäksi neljää erikokoista I. tuulikelloa sekä sadesointia.

Äänen värähtelyn avulla voimme saada itsellemme syvärentouttavan vaikutuksen.

Paikka:

Hoituhuone Day, Kermantie 24 Heinävesi

Hinta:39 €/ hlö, sisältää sointukyllyn ja kahvin tai teen.

Mukaan mahtuu 10 hlö

Sitovat ilmoittautumiset

heli.helinakeiju@gmail.com tai

p. 044 9883196

Sointukylpy on jokaiselle ainutlaatuinen ja yksilöllinen kokemus. Sinun ei tarvitse, kuin olla ja kuunnella sekä hengittää.

Kokemus voi olla ainutlaatuinen matka itseesi.

Tervetulleeksi sinut toivottaa:

Heli Nissinen: Mindfulness ohjaaja, rentoutusvalmentaja, koloristi, äänimaljahoitaja, sairaanhoitaja ja kättilö.
www.elamansade.fi

Teen myös 30.3.2019 klo 9-12:30 yksilöllisiä 30min tulkintoja värein avulla, tästä hetkestä ja tulevaisuudesta.
Hinta: 30€

Toki saa 60 min tulkintoja, hinta 60€

Sointukylpyyn mukaan tarvittavat alustan, viltin, pienen tyynyn sekä villasukat.

Tervetuloa!

Heli