



In Atelier voor Muziek - JheMeIA

Door verstraetelei 52 (GIB blok C) 2930 Brasschaat

Dinsdag 27 september

Dinsdag 25 oktober

Dinsdag 22 november

Dinsdag 20 december

Dinsdag 24 januari

Dinsdag 28 februari

Dinsdag 28 maart

Dinsdag 25 april

Dinsdag 23 mei

Dinsdag 27 juni

van 19.30u. tot 21u.

We nemen de tijd om met geluiden en symbolen te experimenteren en de chakra's te verkennen.

Wanneer we de chakra – geluiden zingen , ontvangen we de voordelen van zingen en diep ademhalen.

Het belangrijkste is om mindfulness, of actief luisteren, naar je lichaam en de geluiden te oefenen. Er is geen verkeerde volgorde en er is geen voorkennis nodig !

Onze activiteiten waarbij beide hersenhelften betrokken zijn, zoals zingen, kleuren invoelen of een instrument bespelen, stellen de hersenen in staat om informatie beter te verwerken.

Je positief te beïnvloeden om je gezondheid, verbondenheid, rust en tolerantie te bevorderen.

Vanaf 13 jaar kan je deelnemen

Inschrijving € 80 voor de 10 sessies

Hartelijk Welkom