



# PETER HESS®-Klangmethoden

Teilnahmebescheinigung

**Frau Sigrid Höhr**

hat am Weiterbildungsseminar

**"Kursleiter-Training: Gesundheitsprävention für Körper, Geist und Seele mit  
Klangschalen"**

erfolgreich teilgenommen.

Das Seminar berechtigt, Kurse zur Gesundheitsprävention nach Peter Hess für einzelne Personen und für Gruppen zu geben. Es ist als Wahlseminar anerkannt für den Studiengang Bachelor of Science Komplementäre Methoden / Klang-Resonanz-Methode.

**Das Seminar fand vom 22.11.2019 - 24.11.2019 in Schweringen statt  
und umfasste 16 Stunden à 60 Minuten.**

Folgende Inhalte wurden vermittelt:

- Klang als besonders wirkungsvolles Element der Entspannung erfahren und in Übungen anwenden lernen
- Klangübungen zur Körperwahrnehmung, zur mentalen Stärkung und zur Entwicklung der Kreativität
- Effektive und sichere Selbstanwendung bei körperlichen Beschwerden
- Spezielle Klangübungen, Klangmeditationen oder Klangreisen zur Verbesserung der Lebensqualität
- Klangübungen zur Förderung des Wohlbefindens und der Gesundheit im beruflichen Alltag

Dipl.-Ing. Peter Hess  
Ausbildungs- und Institutsleitung

Seminarleitung