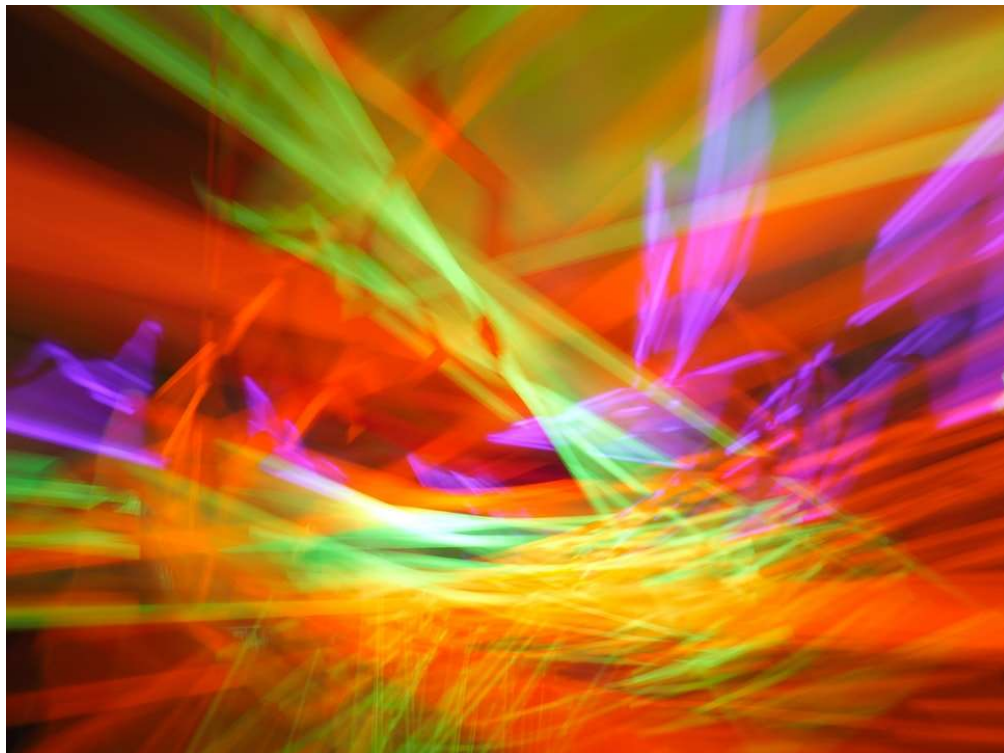


Kurs

Musik, Schwingung & Licht

25. + 26. Oktober 2019



Kursbeschreibung

In diesem Kurs vermitteln wir in 1.5 Tagen Grundlagen der Wirkung von Musik und akustischen Schwingungen unter Einbezug der Klangliege om² sowie die Bedeutung des Lichtes auf den Menschen. Sämtliche behandelten Inhalte werden sowohl in Theorie vermittelt als auch die Praxis dazu gemeinsam erforscht. Experten aus Medizin und Musik vermitteln ihr Fachwissen und leiten zum Austausch dieser Erfahrungen an.

Zum Abschluss des Tages findet jeweils eine geführte Klangmeditation unter Einbezug der Klangliege om² statt. Der Kurs beinhaltet in der Übersicht folgende drei Wirkungsfelder:

Erforschen der Wirkung von Musik, Rhythmus und Schwingungen auf den Menschen:

- Grundlagen der Akustik, Theorie
- Wie wirken Klang, Rhythmus und Musik auf das Gehirn, (Praxisbeispiele aus medizinischer Studie)
- Takt und Rhythmus
- Wie wirkt welche Musik auf mein Bewusstsein?
- Wahrnehmung der Musik durch verschiedene Instrumente
- Binaurale Klänge, Einführung, Theorie und Praxis

Die Bedeutung des Lichts heute:

- welche Bedeutung hat Licht für den Menschen von heute?
- was kann Licht bewirken?
- Anwendungsbeispiele verschiedener Lichtquellen
- Was ist eine hypnagoge Lichterfahrung?

Die Wirkung der Klangliege om²:

- Anwendungsmöglichkeiten und Einsatzbereiche
- Meditationen auf der Klangliege om²
- Erlebnisse und Erfahrungsaustausch nach verschiedenen Klangsessions

Durch die Vermittlung von Theorie und Praxis sowie der Nutzung zusätzlicher Einsatzmöglichkeiten, können mit Hilfe von Musikinstrumenten, Klangliegen und der Lichtlampe Lucia N°03 sehr interessante neue Aspekte für die Teilnehmenden entfaltet werden.

Die Erfahrungen einzelner Erlebnisse aus dem Kursinhalt werden schrittweise durch das Kombinieren der eingesetzten Mittel intensiviert und die Wirkung dadurch gesteigert.

Durch das Fördern der Aufmerksamkeit jedes einzelnen Teilnehmers können Ihre Sinne in kurzer Zeit nachhaltig trainiert werden. Wir laden Sie ein, mit Experten aus den einzelnen Gebieten Neues zu erleben, zu forschen, zu lernen, zu diskutieren und das eigene Bewusstsein mit neuen Aspekten zu erweitern.

Am Standort des «ZentrumA-RELAX» kann neue Energie getankt und viel Neues kennengelernt werden. Durch das Abendessen am Freitagabend wird der Austausch gefördert und dadurch die Zusammenarbeit mit anderen Teilnehmer*innen am zweiten Tag intensiviert.

Für diesen praktisch ausgerichteten Erfahrungskurs sind keinerlei Vorkenntnisse nötig.

Kurszeiten

Teil 1: Freitag, 25.10.2019, 16.30 bis 19.30 Uhr mit anschliessendem Abendessen

Teil 2: Samstag, 26.10.2019, 09.00 Uhr bis 17.00 Uhr inkl. leichtem Mittagessen

Kursprogramm

Erforschen der Wirkung von Musik, Rhythmus und Schwingungen auf den Menschen	Freitag	16:00- 19:30	Begrüssung, Empfang, Vorstellungsrunde TN inkl. Referenten
			Theorie Frequenzen, Kosmische Klänge, Binaurale Schwebungen, Subliminals
Die Bedeutung des Lichts heute	Samstag	Vormittag	Grundlagen der Akustik (Theorie)
			Wirkung von Klang, Rhythmus und Musik auf das Gehirn (Praxisbeispiele aus medizinischer Studie)
Die Wirkung der Klangliege om²	Samstag	Nachmittag	Meditation mit Einbezug der Klangliegen
			Erfahrungsaustausch Klangsessions
			Abendessen offeriert A-RELAX
			Wahrnehmung der Musik durch verschiedene Instrumente
			Takt und Rhythmus
			Bedeutung des Lichts für den Menschen
			Wirkung des Lichts
			Anwendungsbeispiele verschiedener Lichtquellen
			Mittagspause inkl. leichtem Mittagessen
			Hypnagoge Lichterfahrten
			Wahrnehmung Musik, Takt und Rhythmus
			Meditation Klangliege, Praxis binaurale Klänge
			Erlebnisse und Erfahrungsaustausch nach Klangsession
			Feedbackrunde Allgemein, Abschluss

(*kleine Änderungen im Programm vorbehalten)

Kursort und Übernachtungsmöglichkeit

Der Kurs findet im «ZentrumA-RELAX» in Russikon (ZH) statt. Der Standort ist Wirkungsort von Ami Pettermann, Entwickler der Klangliegen und gleichzeitig Produktionsstandort der A-RELAX AG. Der Ort bedeutet Inspiration und Begegnung - der Kurs findet bei optimalen Bedingungen in angenehmen Räumlichkeiten statt.

Übernachtungsmöglichkeiten sind in der Umgebung vorhanden, auf Anfrage vermitteln wir gerne eine passende Unterkunft.

Adresse

A-RELAX AG | Tüfiwis 28 | CH-8332 Russikon | www.a-relax.ch | info@a-relax.ch | +41 44 524 35 70

Referenten:

Dr. med. Stefan R.M. Fennrich, Mediziner, Arzt und Naturwissenschaftler und beratend tätig

Wolfgang Gleixner, Universalmusiker und Klangforscher

Ami Pettermand, Visionär und Entwickler Klangliege om²

Ivo Preid, Geschäftsführer A-RELAX AG

Weitere Infos & Anmeldung

Anmeldeschluss ist 11. Oktober 2019

A-RELAX AG, Ivo Preid, info@a-relax.ch, +41 44 524 35 70, www.a-relax.ch

Kurskosten

480.00 Fr. inkl. MwSt. (50 Fr. Ermässigung für Paare).

Die Verpflegung während des Kurses sowie das Abendessen am Freitagabend werden von A-RELAX übernommen (exkl. Getränke). Beim Kauf einer Klangliege om² oder einer Lucia N°03 wird das Kursgeld vollumfänglich zurückerstattet. Der Kurs ist zahlbar in Bar vor Kursbeginn oder per Vorkasse mit Überweisung auf folgendes Konto:

A-RELAX AG, Tüfiwis 28, CH-8332 Russikon | Raiffeisenbank Zürcher Oberland | CH-8625 Gossau

Konto 80-18578-0 | BIC RAIFCH22E71 | IBAN CH27 8147 1000 0070 4649 8

Kleingedrucktes

Der Kurs wird ab mindestens acht Teilnehmer*innen durchgeführt.

Wird der Kurs mangels Teilnehmer abgesagt, werden bereits bezahlte Kursgelder vollumfänglich zurückerstattet. Bei Nichtdurchführung können seitens Teilnehmer*innen keine weiteren Ansprüche geltend gemacht werden. Es gelten die AGB der A-RELAX AG.

Rücktrittsbedingungen

Bis 2 Monate vor Kursbeginn 20% der Kurskosten. Bis 1 Monat vor Kursbeginn 50% der Kurskosten. Bis 1 Woche vor Kursbeginn 80% der Kurskosten. Teilnehmende, die sich weniger als eine Woche vor Kursbeginn abmelden, bezahlen den vollen Betrag. Falls ein/e Ersatzteilnehmer*in gestellt wird, entfallen jegliche Rücktrittsbestimmungen.

Anreise

Russikon ZH ist mit dem Auto ab Zürich in 20 Minuten erreichbar. Die nächste Bushaltestelle zum «ZentrumA-RELAX» befindet sich 2 Gehminuten entfernt, Busse fahren regelmässig.

Mitbringen

Im «ZentrumA-RELAX» sind Instrumente, Klangliegen om², LuciaN°03. vorhanden. Für Getränke und Snacks während des Kurses wird gesorgt.

Zusammenarbeit

Der Kurs wird in Zusammenarbeit mit medicus munus durchgeführt. Infos unter www.medicus-munus.de



Zu den Referenten:

Wolfgang Gleixner

Muskschaffender, ständiges Bandmitglied bei der Bayerischen Kultband „Hainding“ und beim deutschen Liedermacher Konstantin Wecker. Ehemals Blue Man Group. Partner in einem BMBF-geförderten Forschungsprojekt (CoMiCon. Universität Tübingen). Als Musiker und Klangforscher beschäftige ich mich mit der Wirkung von Klang und Rhythmus auf Gehirn und Bewusstsein und den gesamten menschlichen Organismus.

Stefan R. M. Fennrich

Als wissenschaftlich tätiger Mediziner und als Arzt auch beratend tätig steht für mich der Mensch im Mittelpunkt. Grenzerfahrungen und Krisen sind im (intensiv-)medizinischen Kontext allgegenwärtig: Und sie sind Alltag eines jeden Menschen! Wir können lernen sie zu akzeptieren und neue Wege zu gehen, sie in kreative Zukunftskonzepte zu verwandeln. Mit meinem Wissensschatz unterstütze ich Sie: Individuum sein in der Vielfalt, sich entfalten und seine eigenen Potenziale erkennen und mobilisieren.

In der High-Tech-Medizin entwickle ich zukunftsweisende Konzepte an der Mensch-Technik-Schnittstelle, so bin ich der Initiator des Forschungsprojektes CoMiCon (Komapatient*innen mit auditiven Stimuli fördern). High-Touch bedeutet die Mensch-Mensch-Beziehung, nicht nur im klinischen Umfeld.

Kunst als universelles Erfahrungsmedium öffnet eine Tür zu Grenzerfahrungen und berührt mit existentiellen Fragen. So realisierte ich unter der Schirmherrschaft von Konstantin Wecker das Projekt „in between - heartbeat intensive / Kunst im Diskurs mit der Intensivmedizin“. www.heartbeat-intensive.de / www.medicus-munus.de

Mit Wolfgang Gleixner arbeite ich an weiteren Forschungsprojekten an der Schnittstelle Medizin & Musik sowie entwickeln wir besondere Kunstinstallationen im Bereich menschlicher Grenzerfahrungen in Kooperation mit verschiedenen Experten.

Ami Pettermand

Visionär, Erfinder, Designer und Entwickler der Klangliege mit 20 Jahren Unternehmenerfahrung. Ständig auf der Suche nach Innovation und Entwicklungen über Jahre, ist das erste Modell Klangliege om² im Jahr 2013 entstanden. Als Light Attendant der LuciaN^o03. und mit einem enormen Erfahrungsschatz mit der Klangliege, weist er viel Wissen aus zum Beitrag im Seminar.

Ivo Preid

Geschäftsführer und Teilhaber von A-RELAX AG mit Hintergrund aus verschiedenen Branchen im öffentlichen Dienst und der Privatwirtschaft. Einige Stationen durchlaufen, zuletzt als ehemaliger Kadermitarbeitender einer renommierten Privatklinikgruppe im Bereich Psychiatrie, kennt er viele Facetten der Gesundheitsbereiches. Er verfolgt sämtliche Aspekte für den Ausbau von A-RELAX AG mit viel Elan und Durchhaltewillen, organisiert das Seminar und hält hier Fäden zusammen.