



KLANGMEDITATION FÜR MAMIS UND PAPIS MIT IHREM BABY

Euer Baby ist vor kurzem in euer Leben getreten und hat eure Welt auf zauberhafte Weise verändert. Jetzt seid ihr gemeinsam auf dieser neuen Reise und vielleicht spürst du den Wunsch, das unsichtbare, aber kraftvolle Band zwischen euch noch bewusster wahrzunehmen und zu stärken.

Möchtest du die tiefe Liebe, das Vertrauen und die Geborgenheit, die dich und dein Baby umgeben, intensiv erleben? Oder fühlst du das Bedürfnis, dich selbst und dein Baby noch klarer zu spüren? Ganz egal, wo ihr gerade steht – diese geführte Klangmeditation lädt euch ein, gemeinsam zur Ruhe zu kommen und eure Verbindung auf eine ganz besondere Art zu vertiefen.

In einem Raum voller sanfter Klänge werdet ihr liebevoll begleitet. Die Töne umhüllen euch und bringen euch ins Hier und Jetzt, lassen euch die Magie eurer Beziehung ganz bewusst erleben. Eure Liebe, eure Nähe und das Gefühl von Sicherheit werden durch die Klänge noch tiefer in euren Herzen verankert.

Und sollte dein Baby während der Meditation etwas brauchen – ob es Hunger hat, gewickelt werden möchte oder einfach ein wenig Bewegung sucht – dann gehst du intuitiv auf sein Bedürfnis ein. Hier ist Raum für alles, was euch gut tut, und ihr könnt ganz nach eurem eigenen Rhythmus die Reise genießen.

Für euer Wohlbefinden während der Klangmeditation stehen Matratzen, Kissen und Decken bereit, damit ihr euch rundum geborgen fühlt. Zieht euch warm und bequem an, um euch während der Klangmeditation fallen zu lassen. Nach der Meditation laden wir euch ein, bei einem Getränk und etwas Süßem sanft wieder anzukommen.

Diese Zeit gehört nur euch. Lasst euch von den Klängen tragen und spürt die tiefe Verbindung, die euch auf wunderbare Weise miteinander verbindet.

Donnerstag, 27. November 2025 von 19.00 - 20.15 Uhr

Kursleiterinnen: Zsuzsanna Iczés - TCM & Klangtherapeutin & Laura Capaul - Hypnosetherapeutin

Geeignet für: Mütter und Väter mit ihrem Baby **Kosten:** 50 CHF für 1 Elternteil mit Baby, 80 CHF für beide Elternteile mit Baby (bar oder Twint)

ANISANIS AG ZENPOW, HARDSCHLOSS, SIHLFELDSTRASSE 202, 8004 ZÜRICH
ANMELDUNG: UNTER [INFO@ANISANIS.CH](mailto:info@anisanis.ch) ODER 043 540 30 70