



## KLANGMEDITATION FÜR WERDENDE MÜTTER

Auf dieser geführten Klangmeditation schenkst du dir und deinem Kind im Bauch eine wertvolle Auszeit, nur für euch beide. Ankommen im Hier und Jetzt, abschalten und dich voll und ganz auf die innige Verbindung zu deinem ungeborenen Kind einlassen – das ist der Raum, den wir für dich schaffen.

Spürst du die tiefe Verbundenheit bereits ganz intensiv oder sehnst du dich danach, diese noch bewusster zu erleben? Vielleicht wünschst du dir, während deiner Schwangerschaft mehr bewusste Zeit für dich und dein Kind zu finden oder dein Vertrauen in deinen Körper zu stärken? Ganz egal, wo du gerade stehst – diese Klangmeditation ist genau für dich und dein Kind da, um euch liebevoll zu unterstützen und zu begleiten.

Die sanften, beruhigenden Klänge der Klangschalen umhüllen dich und tragen dich auf einer Reise zu dir selbst und zu deinem Kind. Sie wecken die Magie eurer einzigartigen Verbindung und verankern sie noch tiefer in deinem Herzen.

Für dein Wohlbefinden während der Klangmeditation stehen Matratzen, Kissen und Decken bereit, damit du dich rundum geborgen fühlst. Zieh dich warm und bequem an – denn während der Reise darfst du dich fallen lassen und ganz im Moment sein. Nach der Meditation laden wir dich ein, bei einem Getränk und etwas Süßem sanft wieder anzukommen.

Wenn du den Wunsch verspürst bewusste Zeit mit deinem Kind zu verbringen und dich dabei von den sanften Klängen tragen zu lassen, dann freuen wir uns, dich und dein Kind dabei mit dieser wohltuenden Klangmeditation zu begleiten.

**Donnerstag, 26. März 2026 von 19.00 - 20.15 Uhr**

**Kursleiterinnen:** Zsuzsanna Iczes - TCM & Klangtherapeutin & Laura Capaul - Hypnosetherapeutin  
**Geeignet für:** Werdende Mütter ab 12. Schwangerschaftswoche **Kosten:** 50 CHF (bar oder Twint)

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