

## Angebote und Preise

„Ordnung ...  
... ist das halbe Leben“

Hier finden Sie einen Überblick über meine vielfältigen und seriösen Angebote rund um den Klang. Zur einfachen Orientierung stelle ich ein Inhaltsverzeichnis voran. Versenden des pdf per E-Mail oder teilen auf sozialen Plattformen ist ausdrücklich erlaubt ☺

Soweit möglich, habe ich den Workshops und Seminaren für das Jahr 2018 schon feste Tage und Zeiten zugeordnet. Im Lauf des Jahres werden aber sicherlich weitere Termine dazukommen. Schauen Sie immer auch bei <http://einklang-vellmar.de/aktuelles/termine-und-neuigkeiten/>.

Gruppen ab drei Personen können jederzeit individuelle Termine mit mir absprechen. Einfach per Telefon oder E-Mail anfragen: [0561 827322](tel:0561827322), [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de).

## Inhaltsverzeichnis

• Klangmassage für Entspannung, Selbstfindung oder Heilbehandlung	S. 3
• Gongspiel und Gongreisen für Entspannung, Selbstfindung oder Heilbehandlung	3
• Einzelcoaching, psychologische Beratung und psychische Heilbehandlung	3
• für Gruppen	
• Fantasiereisen	4
• Workshops	4
• Klangschalen und Klangmassage kennen lernen	4
• Selbstentspannung mit Klangschalen	4
• Progressive Muskelentspannung (PMR) mit Klang	4
• Autogenes Training mit Klang	4
• Projekte und Kurse	
• Ausgewählte Klangelemente zur individuellen Gesundheitsfürsorge	5
• Leuchten wie die Sonne	5
• Dazu ist das nützlich!	5
• Wenn ich wieder heil bin	5
• Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung mit Klang	5
• Vom Stress zum Wohlgefühl	5
• Jahresreihe: Mit Klang und Farbe durch das Jahr	6
• Seminare	
• Schnupperkurs: Klangschalen und Klangmassage kennen lernen	7
• Klangschalenspiele für Kinder	7
• <i>Einklang-Klangmassage 1 – 4</i>	7
• Therapeutische Klangmassage	8
• Fantasiereisen für Einsteiger	8
• Grundlagen des Spiels am TamTam-Gong	9
• Entspannungsverfahren im Überblick	9
• Kommunikation: Wie wir miteinander reden	9
• Interne Schulungen	10
• Betriebliches Gesundheitsfürsorge	10
• Angebote bei anderen Trägern und weitere Veranstaltungen	10

## **Klangmassage für Entspannung, Selbstfindung oder Heilbehandlung**

(Termine nach Vereinbarung)

### Kleine Klangmassage

- 60 min incl. Ruhezeit

€ 60,-

### Große Klangmassage

- 75 min incl. Ruhezeit

€ 75,-

### Therapeutische Klangmassage

- 90 min

€ 100,-

### „Zeit zu Zweit“

- für Paare oder gute Freunde/ Freundinnen
- 90 min incl. Ruhezeit

€ 100,-

### Für Kinder

- 45 – 60 min incl. Ruhezeit/Malen

€ 60,-



© Christina Schulenburg

## **Gongspiel und Gongreisen für Entspannung, Selbstfindung oder Heilbehandlung**

(Termine nach Vereinbarung)



© Regina Kathrin Bolle

### „Ich spiele für Dich“

- Individuelle Gongreise für Einzelpersonen
- 60 min incl. Ruhezeit € 60,-

### „Ich spiele für Euch“

- Individuelle Gongreise für 2 Personen
- 60 min incl. Ruhezeit p.P. € 30,-
- Gongreise für Gruppen (max. 8 Personen)
- 90 min incl. Ruhezeit
- 3 Personen: p.P. € 30,-
- ab 4 Personen: p.P. € 25,-

## **Einzelcoaching, psychologische Beratung und psychische Heilbehandlung**

- Termine und Honorar nach telefonischer Vereinbarung und Erst- bzw. Aufnahmegespräch

Lesen Sie weiter auf S. 4 ...

## Angebote für Gruppen

(Termine, sofern nicht angegeben, nach individueller Absprache)

### Fantasiereisen

- Erholbare Reisen ins Land der Fantasie für Entspannung, Selbstfindung und/oder Gesundheitsförderung.
- Jede Reise wird individuell für Sie gestaltet.
- **Fantasiereise für 2 Personen**
- 75 min incl. Ruhezeit p.P € 40,-
- **Fantasiereise für Gruppen** (max. 8 Personen)
- 90 min incl. Ruhezeit
- 3 Personen: p.P. € 30,-
- ab 4 Personen: p.P. € 25,-

### Workshop **Klangschalen und Klangmassage kennen lernen**

- Herkunft und Wirkungsweise der Klangmassage
- kleine Klangschalenkunde
- praktische Übungen zur Anwendung der Schalen im privaten Bereich
- Klangmassage für den Rücken (angeleitet)
- p.P. € 55,-
- geplante Termine: 2.2., 18.5., 24.8., 2.11. jeweils ab 17.30 Uhr

Für Gruppen ab 3 Personen richte ich kurzfristig und unkompliziert gerne individuelle Termine ein.  
Einfach anrufen: [0561 827322](tel:0561827322) oder E-Mail senden: [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de)

### Workshop **Selbstentspannung mit Klangschalen**

- 5-Minuten-Interventionen mit Klangschalen sowie Klangmassage für die Eigenanwendung
- Für effektive Entspannung zu Hause oder am Arbeitsplatz
- 4 Stunden (à 60 Minuten)
- p.P. € 60,-

### Schnupperworkshop **Progressive Muskelentspannung (PMR) mit Klang**

- Sie wollen nicht gleich den ganzen Kurs buchen, sondern erst einmal ausprobieren, ob Ihnen die PMR gefällt?
- Dann schnuppern Sie einfach einen Vor- oder Nachmittag lang hinein (ca. vier Stunden).
- Entspannung und Erholung sind garantiert.
- p.P. € 60,-

### Schnupperworkshop **Autogenes Training mit Klang**

- vier Stunden lang in die Welt des Autogenen Trainings hinein schnuppern.
- Die Verbindung dieses außergewöhnlichen Entspannungsverfahrens mit dem ebenso wirksamen Klang erleben.
- Sich dabei erholen und stärken.
- Und vielleicht die Entscheidung für eine Teilnahme an einem vertiefenden Kurs treffen.
- p.P. € 60,-

Weiter geht's auf S. 5 ...

## Projekte und Kurse

### Ausgewählte Klangelemente zur individuellen Gesundheitsfürsorge

- Lernen Sie, wie Sie mit nur einer Klangschaale im Alltag Entspannung erleben, Wohlgefühl steigern und Ihre Gesundheit fördern können.
- 6 Termine á 2½ Stunden € 240,-

### Leuchten wie die Sonne

- Die eigenen Stärken finden für ein kreatives und selbstbestimmtes Leben
- 4 x 75 min € 120,-

### Dazu ist das nützlich!

- Aus guten Vorsätzen werden erreichbare Ziele
- Übungen zu Motivation, Ressourcenaktivierung und Durchhaltevermögen
- 4 x 75 min € 120,-



© Regina Kathrin Bolle

### Wenn ich wieder heil bin ...

- Klangpädagogische Biografiearbeit:
- Sich zurückversetzen in die Kindheit
- den Lebensweg unter veränderten Blickwinkeln neu aufrollen
- kraftspendende mit der eigenen Lebensgeschichte versöhnen
- 5 x 90 min
- Max. 5 TeilnehmerInnen! € 180,-

Die o.g. Preise gelten pro Person für Gruppen ab 4 TeilnehmerInnen. Dreiergruppen zahlen pro Person einen geringen Aufpreis.

Gerne begrüße ich Sie im Einklang auch in den Abendstunden oder am Wochenende. Rufen Sie einfach an oder senden Sie mir eine E-Mail, um Ihre Termine mit mir abzusprechen: [0561 827322](tel:0561827322) bzw. [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de)

### Autogenes Training (AT) oder Progressive Muskelentspannung (PMR) mit Klang

- Wertvolle Entspannungsmethoden in Kombination
- Sie erlernen das Autogene Training oder die PMR und vertiefen das Gelernte durch den gezielten Einsatz des Klangs. Lassen Sie sich das nicht entgehen!
- 8 x 90 Minuten
- Mindestteilnehmerzahl 3, maximale Teilnehmerzahl 8 € 240,-

### Vom Stress zum Wohlgefühl

- Wie entsteht Stress, wie sieht meine persönliche Stresskarte aus und was kann ich gegen den Stress tun?
- Wie finde ich Ruhe, Gelassenheit, Ausgeglichenheit und wie bewahre ich sie?
- 8 x 120 Minuten Wissen und nachhaltig wirksame Übungen zu Stressbewältigung und Wohlgefühl
- Mindestteilnehmerzahl 3, maximale Teilnehmerzahl 10 € 320,-

Alle Kurse und Projekte sind auch als **interne Schulungen** im Rahmen eines **betrieblichen Gesundheitscoachings** buchbar. Rufen Sie mich an oder senden Sie mir eine E-Mail für ein Kostenangebot und die Absprache eines geeigneten Termins: [0561 827322](tel:0561827322) bzw. [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de).

Lesen Sie weiter auf S. 6 ...

## Mit Klang und Farbe durch das Jahr (Jahresreihe)

Inspiziert vom Zyklus der Jahreszeiten gestalten wir 12 außergewöhnliche Workshops, die Klang und kreatives Gestalten zu einem ganz besonderen Erlebnis vereinen.

Orientiert am Rhythmus des Jahres befassen wir uns mit Themen, die uns als Menschen bewegen und uns zu Selbsterkenntnis, innerem Wachstum und Ich-Werdung führen.

Der Klang hilft uns, tief in uns hineinzuhorchen, um die Themen und ihre Bedeutung für unser Leben und unsere Entwicklung

zu erspüren. Das Malen und Gestalten unterstützt uns, den auftauchenden Gedanken und Gefühlen einen sichtbaren Ausdruck zu verleihen und sie „bunt auf weiß“ in der Welt zu verankern.



© Regina Kathrin Bolle

Die vierstündigen Workshops sind thematisch in sich abgeschlossen und können einzeln gebucht werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### Themen der Reihe und Termine in 2018

Januar	Erwartung · Wo bin Ich?
Februar	Wer bin Ich?
März	Was will Ich?
April	Wachstum 1 · Die ersten Blätter
Mai	Wachstum 2 · Kleines wird Groß
Juni	Wachstum 3 · In voller Kraft
Juli	Begegnung
August	Hoch-Zeit des Lebens
September	Ernte ...
Oktober	... und Dank
November	Ruhe
Dezember	Übergang

Kosten pro Termin und Person: € 70,- incl. Material

Bei Buchung aller zwölf Termine und Zahlung im Voraus erhalten Sie einen Rabatt von 10%.

Wegen anstehender privater und beruflicher Veränderungen gibt es zurzeit noch keine Termine für die Jahresreihe. Ich bitte um Entschuldigung.

Zu den *Einklang*-Seminaren geht's hier entlang ...

## **Seminare**

(Termine wie angegeben, weitere Termine nach individueller Absprache:  
[0561 827322](tel:0561827322) bzw. [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de))

### **Schnupperkurs: Klangschalen und Klangmassage kennen lernen**

- Herkunft und Wirkungsweise der Klangmassage
- kleine Klangschalenkunde
- praktische Übungen zur Anwendung der Schalen im privaten Bereich
- p.P. € 55,-
- bisher geplante Termine: 2.2., 18.5., 24.8., 2.11. jeweils ab 17.30 Uhr

### **Klangschalenspiele für Kinder**

- für pädagogische Fachkräfte und alle Interessierten
- Mit Klangschalenspielen und einfachen Klangmassagen Kinder ganzheitlich in ihrer Entwicklung fördern
- p.P. € 80,- incl. Seminarunterlagen
- Termine, gerne auch in Ihrer Kita, auf Anfrage ([0561 827322](tel:0561827322) , [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de)).

### **Ausbildung in der Einklang-Klangmassage**



© Regina Kathrin Bolle

- Die Ausbildung erfolgt im Modulsystem an vier Wochenenden.
- Zwischengeschaltet sind zwei Reflexionstage zum Erfahrungsaustausch und supervidierten Üben der Klangmassage.
- Sie können ganz bequem für sich entscheiden, ob Sie alle Seminare kurz nacheinander besuchen und die Ausbildung innerhalb eines halben Jahres absolvieren möchten.
- Oder Sie lassen sich mehr Zeit und besuchen zunächst nur ein oder zwei Seminare und steigen dann im nächsten Ausbildungsgang wieder ein.

### **Die Termine für die nächsten Ausbildungsgänge sind (Änderungen vorbehalten):**

- 24./25. März 2018: Modul 1 – Der grundlegende Ablauf
- 5./6. Mai 2018: Modul 2 – Die Arbeit im Körperumfeld
- 30. Juni/1. Juli 2018: Modul 3 – Weitere Klangelemente für die Arbeit am Körper und im Körperumfeld
- 18./19. August 2018: Modul 4 – Reflexion und Abschluss
- Reflexionstage und Termine für die Ausbildungsklangmassagen werden in den Seminaren abgesprochen.

### **sowie**

- 29./30. September 2018: Modul 1 – Der grundlegende Ablauf
- 17./18. November 2018: Modul 2 – Die Arbeit im Körperumfeld
- Januar 2019: Modul 3 – Weitere Klangelemente für die Arbeit am Körper und im Körperumfeld
- März 2019: Modul 4 – Reflexion und Abschluss

### **Kosten der Ausbildung**

- € 220,- Pro Seminarwochenende
- € 100,- pro Reflexionstag
- € 80,- pro Ausbildungsklangmassage
- Mehr Informationen: [www.einklang-vellmar.de/ausbildung/einklang-klangmassage/](http://www.einklang-vellmar.de/ausbildung/einklang-klangmassage/)

### **Modul 1 – Der grundlegende Ablauf kann auch als Abendkurs gebucht werden:**

- Abendkurs, 4x 4 Stunden
- Termine nach individueller Absprache
- p.P. € 240,-

Ab einer Gruppenstärke von 4 Personen ist jederzeit die Absprache individueller Termine für die Workshops und die Ausbildung in Klangmassage möglich.

Alle Workshops, die Klangmassage-Ausbildung und alle weiteren Seminare führe ich gerne auch als Mitarbeiterschulung in Ihrem Hause durch.

Kontaktieren Sie mich einfach telefonisch oder per E-Mail für ein Kostenangebot und zur Absprache eines geeigneten Termins: [0561 827322](tel:0561827322) bzw. [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de).

### **Ausbildung in der Therapeutischen Klangmassage**

Die Ausbildung in der therapeutischen Klangmassage wendet sich an Personen mit medizinisch-therapeutischer, psychologischer und/oder sozialpädagogischer Vorbildung, z.B. HeilpraktikerInnen, Ergo- und PhysiotherapeutInnen, HeilpädagogInnen.

Für Inhalte und Ablauf schauen Sie bitte hier: <http://einklang-vellmar.de/seminare/therapeutische-klangmassage-2/>

- Kosten pro Modul: € 250,-
- Ich kann aktuell noch keine festen Termine planen. Fragen Sie bei Interesse bitte telefonisch oder per E-Mail bei mir nach: [0561 827322](tel:0561827322) bzw. [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de).

### **Fantasiereisen für Einsteiger**

Das Seminar Fantasiereisen für Einsteiger bietet einen ersten Einstieg in die Arbeit mit Gruppen. Inhalte sind:

- Grundhaltung und didaktische Konzepte für die Arbeit mit Gruppen
- Fantasiereisen zur Entspannung selbst entwickeln oder vorhandene Reisen umschreiben
- Reisen mit geringem Materialaufwand umsetzen
- € 220,-
- 24./25. Februar 2018 sowie 13./14. Oktober 2018



fotolia, © viperagp

... mehr Seminare folgen auf Seite 9 ...

## Grundlagen des Spiels am TamTam-Gong



© Regina Kathrin Bolle

Widmen Sie sich ein Wochenende lang dem Spiel am chinesischen TamTam-Gong. Sie lernen ein Instrument kennen, das Sie sowohl für sich selbst nutzen als auch in pädagogischen oder therapeutischen Gruppensettings einsetzen können. Wie bei allen Einklang-Seminaren wird die Theorie knackig kurz gehalten und der Praxis dafür umso mehr Raum gegeben.

Seminarinhalte sind:

- Grundhaltung gegenüber sich selbst, dem Instrument, den Zuhörenden
- Instrumentenkunde
- Spielweisen am Gong: zentrierend, harmonisierend, rhythmisierend etc.
- Kosten: € 220 p.P.
- für Gruppen ab 3 Personen nach individueller Absprache
- ein verbindlicher Termin wird in Kürze festgelegt.

## Entspannungsverfahren im Überblick

- Lernen Sie an einem Wochenende vier unterschiedliche Entspannungsverfahren kennen und nehmen Sie sich heilsame Impulse mit nach Hause.
- Jedes Verfahren ist hochwirksam und seit vielen Jahren bekannt.
- Im Anschluss können Sie, wenn Sie mögen, Ihr Lieblingsverfahren in einem mehrwöchigen Kurs vertiefen.
- Im Angebot sind: Selbstentspannung mit Klangschaalen, Progressive Muskelentspannung, das Autogene Training und Qi Gong (8 Brokate).
- p.P. 220,- €
- Termine bitte erfragen: [0561 827322](tel:0561827322), [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de)



© Regina Kathrin Bolle

## Kommunikation: Wie wir miteinander reden

- Anerkannte Kommunikationsmodelle und –konzepte in Theorie und Praxis kennen lernen
- Kommunikationsfähigkeit und –freude stärken und festigen
- € 220,-
- Auch für dieses Seminar gibt es noch keinen aktuellen Termin. Bei Interesse einfach nachfragen oder unter <http://einklang-vellmar.de/aktuelles/termine-und-neuigkeiten/> nachschauen.

Lesen Sie weiter auf S. 10 ...

## **Interne Schulungen**

Sie suchen eine Klangausbildung, möchten Gesundheit und Leistungsfähigkeit Ihrer MitarbeiterInnen stärken oder das Betriebsklima verbessern?

Fast alle Workshops, Kurse und Seminare führe ich auch als interne Schulung direkt in Ihrem Betrieb oder Ihrer Einrichtung durch.

Wählen Sie aus meinem umfangreichen Angebot und senden Sie mir zur Termin- und Honorarab-sprache gerne eine E-Mail: [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de) oder rufen Sie mich an: 0561 827322.

## **Betriebliche Gesundheitsfürsorge**

Grundsätzlich sind alle hier vorgestellten Workshops, Kurse und Seminare im Rahmen Ihrer betriebli-chen Gesundheitsmanagements buchbar.

Darüber hinaus erstelle ich Ihnen gerne passgenaue Mitarbeiterschulungen, z.B. zur Stressbewälti-gung am Arbeitsplatz.

Oder möchten Sie Ihren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen eine entspannte (Mittags-)Pause gönnen, z.B. mit einer Fantasiereise oder Klangmassage? Vielleicht sogar statt eines Betriebsausflugs einmal einen Entspannungstag anbieten?

Gerne entwickle ich für Ihren Betrieb bzw. Ihre Einrichtung maßgeschneiderte Angebote. Nehmen Sie ganz einfach und bequem Kontakt mit mir auf unter 0561 829322 oder [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de).

## **Angebote bei anderen Trägern und weitere Veranstaltungen**

### **Vhs Volkshochschule Region Kassel**

Die vhs bietet für schmales Geld eine hervorragende Möglichkeit, die Klangschalen und den Klang kennen zu lernen und dabei etwas für die Gesundheit zu tun. Für das Wintersemester 2016/17 sind folgende Veranstaltungen geplant (Kurszeiten und Preise können geringfügig variieren). Bitte melden Sie sich an bei [www.vhs-region-kassel.de](http://www.vhs-region-kassel.de).

*Entspannung mit Klangschalen – Gesundheit und Wohlbefinden fördern*

- 28.1.2018, 14 – 18 Uhr, Vellmar
- 11.3.2018, 14 – 18 Uhr, auch in Vellmar
- 27.5. 2018, 14 – 18 Uhr, Baunatal

*Ausbildung in der Einklang-Klangmassage(in Baunatal)*

- 3./4.3. 2018 Modul 1
- 14.4. 2018 Reflexionstag 1
- 21./22.4. 2018 Modul 2
- 26.5. 2018 Reflexionstag 2
- 2./3.6.2018 Modul 3
- 23./24.6. 2018 Modul 4
- Ablauf und Inhalte s. S. 7 f. Ausbildung in der *Einklang-Klangmassage*

Eine Seite kommt noch ☺ ...

## **Bathildisheim e.V., Bad Arolsen**

### *Klangschalen und Klangmassage kennen lernen*

- 6.6.2018, 14 – 19 Uhr

### *Klangschalenspiele für Personen mit besonderem Förderbedarf (Kurztitel)*

- 5.9.2018, 10 – 18 Uhr
- Bitte schauen Sie für weitere Informationen und die aktuellen Preise im Fortbildungsprogramm des Bathildisheim e.V.: [www.bathildisheim.de/ueber-uns/fortbildung](http://www.bathildisheim.de/ueber-uns/fortbildung).
- Die Anmeldung erfolgt direkt bei Bathildisheim e.V.



© Regina Kathrin Bolle

Tel. 0561 827322

E-Mail: [info@einklang-vellmar.de](mailto:info@einklang-vellmar.de)

Internet: [www.einklang-vellmar.de](http://www.einklang-vellmar.de)

*Ich freue mich auf Sie.*

*Regina Kathrin Bolle*