

## Über mich

### Sabine Luber

Peter Hess-Klangmassagepraktikerin

Peter Hess-Klangexpertin Demenz

Weiterbildungsseminar: "Stressmanagement – Burn-out-Prophylaxe und Selbstempowerment"

(Mitglied im Europäischen Fachverband Klang-Massage-Therapie e.V.)



- geboren 1962
- Mutter von drei erwachsenen Töchtern
- Bekleidungstechnikerin
- examinierte Altenpflegerin
- Betreuungsassistentin nach § 87b SGB

## Motivation:

Bei einer Fortbildung im November 2011 im Rahmen meiner Arbeit als examinierte Altenpflegerin lernte ich den Klang der Klangschalen kennen. Dieser faszinierte mich und in mir reifte der Wunsch und die Idee selbst eine Ausbildung zur Klangmassagepraktikerin zu machen, um diese fantastische Methode der Entspannung und des Loslassens anderen Menschen näher bringen zu können.

Im April 2012 begann ich meine Ausbildung und schloss diese im Oktober 2012 ab.



## Preise

Leistung	Dauer *	Preis
Klangmassage	ca. 60 min.	40 EUR
Schnuppermassage zum Kennenlernen	ca. 35 min.	25 EUR
3 Klangmassagen	ca. 60 min. je Massage	110 EUR
5 Klangmassagen	ca. 60 min. je Massage	175 EUR
10 Klangmassagen	ca. 60 min. je Massage	340 EUR
Gutscheine über beliebige Beträge auf Wunsch		

\* inklusive Vor- und Nachgespräch

**\*\*\*Termine nach Absprache\*\*\***

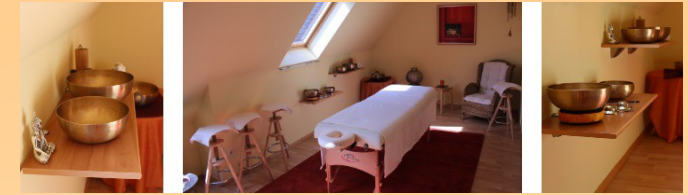
## Kontakt

Sabine Luber  
Am Wildgraben 9  
63762 Großostheim

Tel.: 06026/9989920  
E-Mail: [info@klangmassage-luber.de](mailto:info@klangmassage-luber.de)

[www.klangmassage-luber.de](http://www.klangmassage-luber.de)

Teile des Bild- und Textmaterials von: © Archiv Peter Hess Institut, Uenzen



## Klangmassagen

nach **Peter Hess** ©

**Sabine Luber**



Klangmassagen für

**Wellness, Entspannung, Stressabbau**

**Stressmanagement**

**Burn-out-Prophylaxe und  
Selbstempowerment**

**Peter Hess-Klangexpertin Demenz**

*"Der Ton der Klangschale berührt unser Innerstes, er bringt die Seele zum Schwingen. Der Klang löst Spannungen, mobilisiert die Selbstheilungskräfte und setzt schöpferische Energien frei"*

Peter Hess

## Was ist und wie wirkt die Klangmassage?

Der Klangmassage liegen uralte Erkenntnisse über die Wirkung von Klängen zugrunde, die schon vor über 5000 Jahren in der indischen Heilkunst Anwendung fanden.

## Ablauf der Klangmassage

Nach einem Informationsgespräch werden obertonreiche Klangschalen auf den Körper der Klienten aufgesetzt und behutsam angeschlagen. Verwendet werden dabei unterschiedlich schwingende Klangschalen, die zu den jeweiligen Körperbereichen passen. Der gesamte Körper kommt auf diese Weise in Harmonie und entspannt sich tief. Von den "Empfängern" wird die Klangmassage in der Regel sehr gut akzeptiert, als wohltuend empfunden - und genossen. Vorteilhaft ist, dass die Klangmassage in bekleidetem Zustand gegeben wird.

Für den Stressabbau und die Förderung der Gesundheit können acht bis zehn Behandlungen im ein- oder zweiwöchigen Rhythmus ausreichen.

## Wirkung der Klangmassage

Während einer Klangmassage entsteht eine Atmosphäre von Sicherheit und Geborgenheit, Stress, Ängste, Sorgen, Zweifel und überhaupt alle Gefühle, die sich negativ auf unsere Gesundheit auswirken, können losgelassen werden. Wir nehmen unseren Körper und unsere Bedürfnisse wieder bewusst wahr. Die oft kreisenden Gedanken kommen zur Ruhe und unsere Seele erfährt Raum und Entfaltung.

## Wirkung der Klangmassage bei Demenz

Die Klangmassage bei Menschen mit Demenz fördert und verbessert die Lebensqualität durch:

- die Wahrnehmung der Körperempfindungen und das Entwickeln eines Körperbewusstseins
- die Stärkung des Urvertrauens des Bedürfnisses nach Sicherheit und Geborgenheit
- die Wahrnehmungsförderung der fünf Sinne

Die Sinneseindrücke können Hilfestellung bieten, unerreichbar erscheinende Menschen wieder zu erreichen. So werden Ängste und Unbehagen reduziert und Gefühle von Vertrauen, Sicherheit und Geborgenheit können entstehen.

## Stressmanagement und Burn-out-Prophylaxe

Die Klangmassage kann zur Prävention von Burn-out eingesetzt werden. Regelmäßige Klangbäder sind zur Entspannung und Regeneration hervorragend geeignet und stellen die Basis für ein gesundes Stressmanagement und Selbstpowerment dar.

## Die *Peter Hess*-Klangmassage:

- ermöglicht tiefe Entspannung, weil Klang das ursprüngliche Vertrauen der Menschen anspricht und dadurch Bereitschaft zum Loslassen erzeugt
- harmonisiert jede einzelne Körperzelle sanft durch Klänge
- kann die Gesundheit fördern, die Körperwahrnehmung verbessern und die Erkennung und Nutzung eigener Ressourcen unterstützen
- ermöglicht die positive Beeinflussung von Selbstbewusstsein, Kreativität und Schaffenskraft
- wirkt ganzheitlich auf Körper, Seele und Geist ein

## Meine Räumlichkeiten

