



RelaxSing

SINGEN IST FÜR ALLE DA

BALANCE
WELLNESS
HARMONIE
EINKLANG



RelaxSing

Mag. Giti Huber

Tel.: +43 676 / 601 74 29

gitihuber@relaxsing.at

www.relaxsing.at



www.relaxsing.at

BALANCE. WELLNESS. RELAXSING.

Warum RelaxSing?

Singen ist ein Bedürfnis, das wir als Kind selbstverständlich ausleben. Und das nicht ohne Grund, denn Singen wirkt sich unmittelbar auf unser Wohlbefinden aus. Der Atem wird ruhiger und tiefer, Stresshormone werden reduziert und Glückshormone ausgeschüttet. Regelmäßiges Singen macht uns stärker, belastbarer, fröhlicher und ist eine effektive Möglichkeit Stress abzubauen und das Allgemeinbefinden zu verbessern.

Singen? Ich?

RelaxSing ist für alle da, Vorkenntnisse oder Talent spielen keine Rolle. RelaxSing bietet einen entspannten Rahmen, in dem Sie die wohltuende Wirkung von Atem-, und Stimmübungen auf Körper und Geist entdecken können.

Schöpfen Sie Kraft für den Alltag und geben Sie Ihrer Stimme mehr Raum sich zu entfalten!

RelaxSing für Schwangere: Mit Musik ins Leben

Wiegenlieder sind auf der ganzen Welt beliebte Begleiter in einen sanften Schlaf. Der Hörsinn ist bei Ungeborenen schon sehr früh entwickelt. RelaxSing für Schwangere bietet daher ein Entspannungsprogramm für werdende Mamis und ihre Babies. Atemtechnik und Körpererfahrung unterstützen die Schwangerschaft und die Geburt.

