

# Heilsames Singen

**Let's sing together!**

Frei nach dem Motto: „Es gibt keine falschen Töne, nur Variationen“ möchte ich zum **gemeinsamen Singen der besonderen Art** einladen.

**Singerfahrungen sind nicht erforderlich.**

Singen ist ein Gesundheitserreger. Im Singen liegen heilsame Kräfte.  
Es aktiviert den Körper, bewegt die Seele und inspiriert den Geist.  
Vertieft die Atmung, stärkt das Immunsystem, entspannt, befreit, beruhigt,  
macht glücklich ...!

**Was euch erwartet:**

Einfach zu lernende Lieder zum Sofort-Mitsingen. Von lebendig bis meditativ.  
Lieder zum Auftanken, Kraftlieder, Chants aus aller Welt, indische Mantren ...

**Mitbringen:**

Etwas Neugier und etwas zu trinken, denn Singen kann durstig machen.

**Wann:**

Samstag, den **11.01.2025**

Samstag, den **08.02.2025**

**Ort:** TSV GutsMuths 1861 e.V., Wullenweberstraße 15, 10555 Berlin

**Workshop-Leitung:** Nicole Rubinstein-Groß

**Dauer:** 1,5 Stunden; von 10:15 bis 11:45 Uhr

**Kosten:** 12,00 € pro Person (per Überweisung)

**Anmeldung:** Gerne in der Geschäftsstelle des TSV GutsMuths 1861 e.V. persönlich, unter ☎ 030 393 2440 oder per E-Mail an [info@tsvgutsmuths-berlin.de](mailto:info@tsvgutsmuths-berlin.de)