

TONING I NATUREN

Intuitiv sang og naturexperiens

Tirsdag d. 4. august kl. 18.30 – 21.30

Vesterlyng Strand



At ”tone” betyder ”at lave toner”, og her kan alle være med.

Der findes ikke rigtige eller forkerte toner. Du kan ikke synge ”falsk”, da toning ikke følger en bestemt melodi, men opstår spontant, når vi hengiver os til nuets magi og åbner for det frie flow i krop, sind og sjæl. Mange har en oplevelse af, at ”noget højere” synger igennem os. At tone i en gruppe er en dejlig oplevelse, hvor vi gensidigt inspirerer og støtter hinanden.

At tone i naturen er en helt særlig oplevelse, hvor naturens lyde – fuglefløjt, vindens susen i trækrone, en brummende humlebi, den vuggende rytme af bølgerne – indgår i den samlede symfoni. Vi oplever, hvordan vi vibrerer i samklang med Moder Jord og al hendes skabelse.

Vesterlyng er et spændende naturområde med gamle træer, krat, klitter, lyng og den fineste badestrand. Vi skal gå et lille stykke ad små stier, og måske møder vi en flok af de venlige køer, som færdes frit i det store naturområde.

Undervejs vækker vi stemmerne til live med frigørende og legende øvelser. Herefter lader vi os guide af naturen i en lille ceremoni, før vi i solnedgangens skær vandrer ned til vandet, hvor vi vil tone ud over bølgerne.

(Måske nogen bliver fristet til en lille aftendukket)

Mens skumringen falder på afslutter vi på parkeringspladsen med en lille snak over en kop the og hjemmebagt, glutenfri/sukkerfri kage. (Medbring kop samt noget at sidde på).

Mødested: Vesterlyng Strand. Strandvejen. P-plads nr 6 (den tættest på Eskebjerg)

Pris: 100 kr incl. traktement (mobilepay 2628 0595 eller i hånden)

Tilmelding: 2628 0595

Turleder og fascilitator: Maia Trayhorn. Krop/stemmeterapeut, lyssanger og healingsmusiker. Indehaver af LyssangerAkademiet. www.lyssanger.dk