

Kharaj Riyaz



Kharaj Riyaz

ātem-Stimm-Meditation

Ist eine indische, meditative
ātem- Stimm-Übung die zu tiefer
Entspannung und Verbundenheit
führt.

In der indischen Musiklehre su-
chen Frauen nach ihrem tiefsten in-
neren Ton, um zu ihrer wahren Stim-
me zu finden.

Kharaj wird begleitet durch die Tan-
pura (indische Laute) die einen sanf-
ten Klangteppich unter die Töne
der weiblichen Stimmen legt.

ānmeldung:

iris.scanlon@infinitymoves.de

+49 160 96816491

Termine 2024

Jeweils Samstags

20.04. 25. 05

von 17–19 Uhr

Wo ?

Bodhi Dojo, Bleichstr. 10, 45468
Mülheim an der Ruhr

Wer?

Kharaj richtet sich ausschließlich
an Frauen, Vorkenntnisse sind
nicht erforderlich.

Max. 8 Teilnehmerinnen

Kosten: auf Spendenbasis

Die Workshops können einzeln
besucht werden und bauen nicht
aufeinander auf.

Workshop Leitung



Iris Scanlon

mind body meditation