

261-43001 Heilsames Singen

Beginn	Dienstag, 27.01.2026, 14:00 - 15:30 Uhr
Kursgebühr	84,00 €
Dauer	12 Termine
Kursleitung	Petra Rippke
Kursort	Yoga-Raum 304, Ritterstr. 10 - 14, 46483 Wesel

Frei von Leistungsanspruch und Perfektion singen wir gemeinsam. Die Gemeinschaftserfahrung und die Freude am Gesang stehen dabei im Vordergrund. Gesungen werden einfache, klangvolle und wohltuende Lieder sowie Mantras und Kraftlieder aus verschiedenen Kulturen und Traditionen. Häufiges Vor- und Nachsingen hilft Ihnen dabei, die Lieder mühelos zu erlernen. Dadurch stimmen Sie sich schnell ein mitzusingen und entspannen sich. Es sind keine Notenkenntnisse erforderlich. Dienstags, 27.01., 03.02., 24.02., 10.03., 24.03., 14.04., 28.04. (abgesagt), 05.05., 12.05. (Ersatztermin für 28.04), 19.05., 02.06., 16.06. und 30.06.2026, jeweils 14.00 - 15.30 Uhr

Durch das entspannte Singen und die positive Gemeinschaftserfahrung kommt der Verstand zur Ruhe und der Kopf wird frei. Wir haben wieder einen besseren Zugang zu unseren Wünschen und Bedürfnissen. Durch das gemeinsame Singen werden wir harmonisiert und belebt. Durch meditative Einstimmungen, Übungen zur Lockerung und Körperwahrnehmung sowie einfache Kreistänze zur körperlichen Integration der Liedtexte wird die Entspannung weiter vertieft. So können wir die heilsame Kraft des Singens bei uns selbst wahrnehmen und so kann uns das Singen wirksam dabei helfen, uns wieder freudvoller und ausgeglichener zu fühlen, unsere innere Balance wiederzufinden und neue Kräfte zu schöpfen. Denken Sie daran, Wasser mitzubringen.

<https://www.youtube.com/@PetraRippke>

Beim heilsamen Singen stehen vier Leitsätze von Wolfgang und Katharina Bossinger im Vordergrund: Beim Singen gibt es keine Fehler, nur Variationen. Singen ist ein Geschenk, das wir uns selbst und anderen machen. Entscheidend ist, dass wir aus dem Herzen und mit innerer Beteiligung singen, anstelle von Perfektion. Beim Singen geht es um Lebensfreude, Verbundenheit und Begegnung.

Weitere Informationen zum heilsamen Singen finden Sie hier:

<https://www.singenundmehr.de>

<https://www.healingsongs.de/singforschung>

<https://singende-krankenhaeuser.de/home.html>

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
27.01.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
03.02.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
24.02.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
10.03.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
24.03.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
14.04.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
05.05.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
12.05.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
02.06.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304

16.06.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
------------	-------------------	------------------------------

23.06.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
------------	-------------------	------------------------------

30.06.2026	14:00 - 15:30 Uhr	VHS Gebäude Yoga-Raum R. 304
------------	-------------------	------------------------------

[zur Kursdetail-Seite](#)