

Contenido del curso

Presentación

-

Escucha con los cuencos de cuarzo

-

Intención

-

Energía del silencio, trabajar con ella

-

Ritmo-Hara

-

Descubrir y sentir el cuerpo

-

Eliminar barreras

-

Conectar con las emociones

-

Renovación energética

-

Vocalización con shruti box, activación de resonadores corporales y faciales.

-

**Conexión cuerpo-mente, experimentamos los sentimientos y sus límites,
tensiones, bloqueos y suavemente conectamos con nuestro sonido interno.**

-

Diálogos: investigación de los cambios producidos.

-

Escucha cuencos armonizando.

-

Relajación, escucha de voces armónicas, comprensión sutil, elevar la tasa vibracional.

-

Hacer música en grupo con diferentes instrumentos, liberar energía.

-

Ejercicios de armonización interna con mudras, entonación, improvisación voces, canto de armónicos.

-

Diálogos.

-

Concierto de cuencos de cuarzo, shruti, voces armónicas.