**Syngeskåle anvendes i stigende grad af terapeuter til behandling af spændinger, smerter og funktionelle forstyrrelser. Ved klangmassage anbringes nøje udvalgte skåle de steder på kroppen, hvor generne kan påvirkes af skålenes blide dybt-gående lydvibrationer.**

****

**Når du skal finde en skål, der passer netop til dig, skal du lytte efter klangen. Det er ikke størrelsen eller udseendet, der skal afgøre dit valg.**

**Alle syngeskåle i Fair Trade Bazaren kommer fra små virksomheder, der er Fair Trade-certificeret af World Fair Trade Organization** [**www.WFTO.com**](http://www.WFTO.com)**.**

**Syngeskåle anvendes i stigende grad af terapeuter til behandling af spændinger, smerter og funktionelle forstyrrelser. Ved klangmassage anbringes nøje udvalgte skåle de steder på kroppen, hvor generne kan påvirkes af skålenes blide dybt-gående lydvibrationer.**

****

**Når du skal finde en skål, der passer netop til dig, skal du lytte efter klangen. Det er ikke størrelsen eller udseendet, der skal afgøre dit valg.**

**Alle syngeskåle i Fair Trade Bazaren kommer fra små virksomheder, der er Fair Trade-certificeret af World Fair Trade Organization** [**www.WFTO.com**](http://www.WFTO.com)**.**







[**www.fairtradebazaren.dk**](http://www.fairtradebazaren.dk)

**Guldsmedgade 8a**

**8000 Aarhus C**

**Tlf. 86185111**

**bazaren@fairbutik.dk**







[**www.fairtradebazaren.dk**](http://www.fairtradebazaren.dk)

**Guldsmedgade 8a**

**8000 Aarhus C**

**Tlf. 86185111**

**bazaren@fairbutik.dk**

**Syngeskåle anvendes i stigende grad af terapeuter til behandling af spændinger, smerter og funktionelle forstyrrelser. Ved klangmassage anbringes nøje udvalgte skåle de steder på kroppen, hvor generne kan påvirkes af skålenes blide dybt-gående lydvibrationer.**

****

**Når du skal finde en skål, der passer netop til dig, skal du lytte efter klangen. Det er ikke størrelsen eller udseendet, der skal afgøre dit valg.**

**Alle syngeskåle i Fair Trade Bazaren kommer fra små virksomheder, der er Fair Trade-certificeret af World Fair Trade Organization** [**www.WFTO.com**](http://www.WFTO.com)**.**

**Syngeskåle anvendes i stigende grad af terapeuter til behandling af spændinger, smerter og funktionelle forstyrrelser. Ved klangmassage anbringes nøje udvalgte skåle de steder på kroppen, hvor generne kan påvirkes af skålenes blide dybt-gående lydvibrationer.**

****

**Når du skal finde en skål, der passer netop til dig, skal du lytte efter klangen. Det er ikke størrelsen eller udseendet, der skal afgøre dit valg.**

**Alle syngeskåle i Fair Trade Bazaren kommer fra små virksomheder, der er Fair Trade-certificeret af World Fair Trade Organization** [**www.WFTO.com**](http://www.WFTO.com)**.**







[**www.fairtradebazaren.dk**](http://www.fairtradebazaren.dk)

**Guldsmedgade 8a**

**8000 Aarhus C**

**Tlf. 86185111**

**bazaren@fairbutik.dk**







[**www.fairtradebazaren.dk**](http://www.fairtradebazaren.dk)

**Guldsmedgade 8a**

**8000 Aarhus C**

**Tlf. 86185111**

**bazaren@fairbutik.dk**

**Syngeskålenes verden**

**Det er en særlig oplevelse at høre og at mærke en syngeskål, Tonerne med de lange efterklange berører os både fysisk og sjæleligt. De ansporer vores åndelige bevågenhed og får os samtidig til at slappe af, mens vi trækker vejret dybt. Skålene anvendes derfor også som bede-skåle eller meditationsskåle.**

**Syngeskålene har fundet vej fra det fjerne Østen til Vestens lydunivers. Her fascineres stadig flere mennesker af skålenes virk-ningsfulde svingninger, der sætter sig i hele kroppen. At spille på syngeskåle er en betagende musisk kunstform.**

**Skåle med en glat overflade støbes af metallegeringer og anvendes i sær til Zen-meditationer og koncentrationsøvelser. Skåle med en ujævn overflade er hamret ud af en metalstøbning, hvilket giver dem er særlig dynamisk klang. De har deres oprindelse i Tibet, men laves i dag oftest i Nepal og Indien.**

**Syngeskålenes verden**

**Det er en særlig oplevelse at høre og at mærke en syngeskål, Tonerne med de lange efterklange berører os både fysisk og sjæleligt. De ansporer vores åndelige bevågenhed og får os samtidig til at slappe af, mens vi trækker vejret dybt. Skålene anvendes derfor også som bede-skåle eller meditationsskåle.**

**Syngeskålene har fundet vej fra det fjerne Østen til Vestens lydunivers. Her fascineres stadig flere mennesker af skålenes virk-ningsfulde svingninger, der sætter sig i hele kroppen. At spille på syngeskåle er en betagende musisk kunstform.**

**Skåle med en glat overflade støbes af metallegeringer og anvendes i sær til Zen-meditationer og koncentrationsøvelser. Skåle med en ujævn overflade er hamret ud af en metalstøbning, hvilket giver dem er særlig dynamisk klang. De har deres oprindelse i Tibet, men laves i dag oftest i Nepal og Indien.**

**Valg af skål og spilleteknik**

**Jo større diameter og tykkere metal, desto dybere leje synger skålen i. Men bemærk, at klangfarven er forskellig fra skål til skål. Også køllen har betydning. En hård træ-kølle er rig på overtoner, mens en filtkølle fremtryller en mere ren vibrerende lyd.**

**Sæt syngeskålen på den hårde del af en helt flad udstrakt håndflade, så fingrene ikke rører skålen. Du kan nu få skålen til at synge på to måder:**

**1) Slå blidt køllen mod ydersiden af skålens øverste kant. Hvis det er en filtkølle, skal du ramme helt oppe på skålens rand. Gentag slaget lidt hårdere, indtil du rammer den klang, der er mest behagelig for dig.**

**2) Du kan også vælge at gnide køllen mod skålen ved at holde køllen helt ind mod ydersidens øverste kant, mens du fører køllen rundt om skålen. Variér tempo og tryk, indtil netop din klang kommer frem!**

**Musikere anvender begge teknikker.**

**Valg af skål og spilleteknik**

**Jo større diameter og tykkere metal, desto dybere leje synger skålen i. Men bemærk, at klangfarven er forskellig fra skål til skål. Også køllen har betydning. En hård træ-kølle er rig på overtoner, mens en filtkølle fremtryller en mere ren vibrerende lyd.**

**Sæt syngeskålen på den hårde del af en helt flad udstrakt håndflade, så fingrene ikke rører skålen. Du kan nu få skålen til at synge på to måder:**

**1) Slå blidt køllen mod ydersiden af skålens øverste kant. Hvis det er en filtkølle, skal du ramme helt oppe på skålens rand. Gentag slaget lidt hårdere, indtil du rammer den klang, der er mest behagelig for dig.**

**2) Du kan også vælge at gnide køllen mod skålen ved at holde køllen helt ind mod ydersidens øverste kant, mens du fører køllen rundt om skålen. Variér tempo og tryk, indtil netop din klang kommer frem!**

**Musikere anvender begge teknikker.**

**Syngeskålenes verden**

**Det er en særlig oplevelse at høre og at mærke en syngeskål, Tonerne med de lange efterklange berører os både fysisk og sjæleligt. De ansporer vores åndelige bevågenhed og får os samtidig til at slappe af, mens vi trækker vejret dybt. Skålene anvendes derfor også som bede-skåle eller meditationsskåle.**

**Syngeskålene har fundet vej fra det fjerne Østen til Vestens lydunivers. Her fascineres stadig flere mennesker af skålenes virk-ningsfulde svingninger, der sætter sig i hele kroppen. At spille på syngeskåle er en betagende musisk kunstform.**

**Skåle med en glat overflade støbes af metallegeringer og anvendes i sær til Zen-meditationer og koncentrationsøvelser. Skåle med en ujævn overflade er hamret ud af en metalstøbning, hvilket giver dem er særlig dynamisk klang. De har deres oprindelse i Tibet, men laves i dag oftest i Nepal og Indien.**

**Syngeskålenes verden**

**Det er en særlig oplevelse at høre og at mærke en syngeskål, Tonerne med de lange efterklange berører os både fysisk og sjæleligt. De ansporer vores åndelige bevågenhed og får os samtidig til at slappe af, mens vi trækker vejret dybt. Skålene anvendes derfor også som bede-skåle eller meditationsskåle.**

**Syngeskålene har fundet vej fra det fjerne Østen til Vestens lydunivers. Her fascineres stadig flere mennesker af skålenes virk-ningsfulde svingninger, der sætter sig i hele kroppen. At spille på syngeskåle er en betagende musisk kunstform.**

**Skåle med en glat overflade støbes af metallegeringer og anvendes i sær til Zen-meditationer og koncentrationsøvelser. Skåle med en ujævn overflade er hamret ud af en metalstøbning, hvilket giver dem er særlig dynamisk klang. De har deres oprindelse i Tibet, men laves i dag oftest i Nepal og Indien.**

**Valg af skål og spilleteknik**

**Jo større diameter og tykkere metal, desto dybere leje synger skålen i. Men bemærk, at klangfarven er forskellig fra skål til skål. Også køllen har betydning. En hård træ-kølle er rig på overtoner, mens en filtkølle fremtryller en mere ren vibrerende lyd.**

**Sæt syngeskålen på den hårde del af en helt flad udstrakt håndflade, så fingrene ikke rører skålen. Du kan nu få skålen til at synge på to måder:**

**1) Slå blidt køllen mod ydersiden af skålens øverste kant. Hvis det er en filtkølle, skal du ramme helt oppe på skålens rand. Gentag slaget lidt hårdere, indtil du rammer den klang, der er mest behagelig for dig.**

**2) Du kan også vælge at gnide køllen mod skålen ved at holde køllen helt ind mod ydersidens øverste kant, mens du fører køllen rundt om skålen. Variér tempo og tryk, indtil netop din klang kommer frem!**

**Musikere anvender begge teknikker.**

**Valg af skål og spilleteknik**

**Jo større diameter og tykkere metal, desto dybere leje synger skålen i. Men bemærk, at klangfarven er forskellig fra skål til skål. Også køllen har betydning. En hård træ-kølle er rig på overtoner, mens en filtkølle fremtryller en mere ren vibrerende lyd.**

**Sæt syngeskålen på den hårde del af en helt flad udstrakt håndflade, så fingrene ikke rører skålen. Du kan nu få skålen til at synge på to måder:**

**1) Slå blidt køllen mod ydersiden af skålens øverste kant. Hvis det er en filtkølle, skal du ramme helt oppe på skålens rand. Gentag slaget lidt hårdere, indtil du rammer den klang, der er mest behagelig for dig.**

**2) Du kan også vælge at gnide køllen mod skålen ved at holde køllen helt ind mod ydersidens øverste kant, mens du fører køllen rundt om skålen. Variér tempo og tryk, indtil netop din klang kommer frem!**

**Musikere anvender begge teknikker.**