

# Befindlichkeit - Skala

So kann ein Merkblatt für das tägliche Befinden gestaltet sein.

Warum 12 Abschnitte:

12 Stunden zeigt das Zifferblatt der Uhr

12 Monate hat das Jahr

12 Wirbel hat die Brustwirbelsäule

7 + 5 = 12 Wirbel haben Hals- und Lendenwirbel

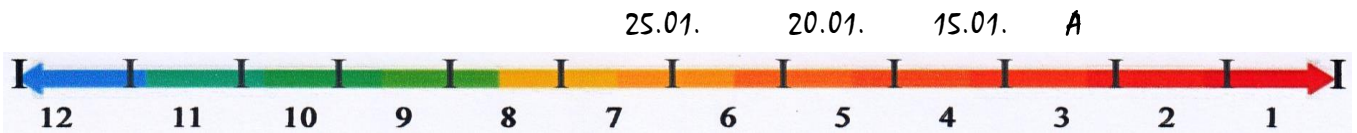
12 Töne hat die chromatische Tonleiter und bei der Tontherapie geht es ja um Töne!

Hier nun als Beispiel ein paar Eintragungen.

Ober der bunten Skala ist immer das Datum (Tag Monat). In den Zeilen darunter kann die Notiz gemacht werden welche CD für die Klangszung genommen wurde. So kann man über die Befindlichkeit ganz leicht buchführen.

Als **A** (Ausgangsposition) folgt dann der erste Eintrag.

**Hier folgt nun ein Beispiel: 15.01. CD 02 Rücken**



15.01. CD 02 Rücken      20.01. CD 04 Lymphe      25.01. CD 02 Rücken

.....  
.....



.....  
.....  
.....



.....  
.....  
.....

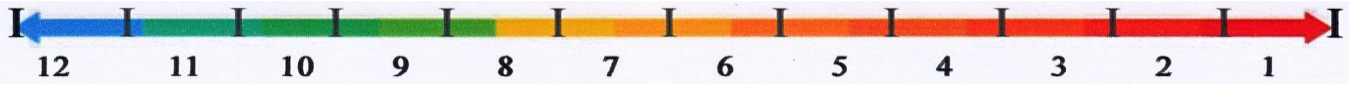


.....  
.....  
.....

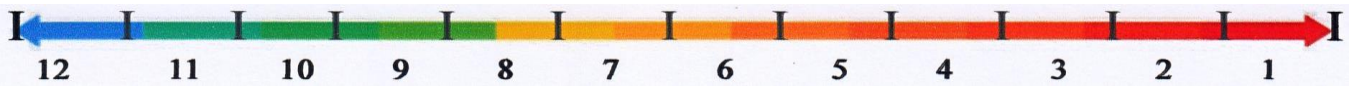




.....  
.....  
.....



.....  
.....  
.....



.....  
.....  
.....



.....  
.....  
.....



.....  
.....  
.....



.....  
.....  
.....

