caritascampus

Caritasverband
für das Erzbistum Köln

Weitere Informationen und Online-Anmeldung unter www.caritascampus.de

Stimmtraining

Singen, Atmen, Entspannen - mit Freude am Gesang

Unsere Stimme ist ein wunderbares Instrument. Oft wird sie viel und einseitig beansprucht.

Das Singen und die Stimmarbeit beinhalten viele wichtige und schöne Bereiche: die Entspannung (nur entspannte Muskulatur kann schwingen), das intensives Atmen (der Atem ist unser Handwerkszeug), die Körperarbeit (unser Körper ist unser Instrument) und jede Menge Spaß.

Als Vorbereitung werden wir unseren Körper mit Atem- und Entspannungsübungen aufwärmen. Wir erarbeiten gemeinsam verschiedene Songs, erproben die Mehrstimmigkeit und entwickeln Circle Songs (freie, improvisatorische Arbeit mit der Stimme).

Hier wird es nicht um "Leistung" gehen sondern um das Loslassen, die Entspannung und die Freude. Den Kopf mal ausschalten den Körper spüren, die Schwingungen genießen und einfach gemeinsam Spaß haben.

Das Seminar richtet sich vorrangig an Menschen, die beruflich viel sprechen und sich und ihrer Stimme etwas Gutes tun möchten. Dieses Angebot ist für Referent_innen des CaritasCampus kostenfrei.

Bitte beachten: Es stehen Luftfilter zur Verfügung. Auf ausreichend Frischluft wird geachtet.

Herzlich willkommen!

Nummer

23222-243

Datum

14.05.2022

Zeit

10:00 - 14:00 Uhr

Ort

VOCAL ACADEMY
Kartäuserhof 30a
50678 Köln (Südstadt)

Zielgruppen

Dozent_innen des CARITASCAMPUS und andere Interessierte

Referent/in

Doris Scheerer
Gesangspädagogin
Psychotherapie (HPG)
Achtsamkeitstrainerin
Atem-, Körper- und Entspannungstherapeutin

Teilnehmende (max.)

10

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

70.00 €

Normaler Preis für Externe

85.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

0.25

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Verpflegung

Getränke und Snacks

Unterrichtsstunden

4